KURSSIT 1–2

LUKIO-*suunta*

Juha Hiekkataipale
Minna Kattelus
Pekka Kauttu
Mikko Siippainen
Päivi Vanninen

Sanoma Pro Oy
Helsinki

Tiedustelut
Sanoma Pro Oy, Helsinki
puh. 020 391 000
sähköposti: asiakaspalvelu@sanomapro.fi

www.sanomapro.fi

Kustantaja: Sanoma Pro Oy

Tämä aineisto pohjautuu painettuun teokseen
ISBN 978-952-63-3576-6 Lukiosuunta 1–2

ISBN 978-952-63-3895-8 (6 kk lisenssi)
ISBN 978-952-63-3899-6 (48 kk lisenssi)
ISBN 978-952-63-4009-8 Lukiosuunta 1–2 Opettajan digiaineisto

Toimitus ja kuvatoimitus: Arja Salakka
Kansi ja ulkoasu: Veera Alanko ja Johanna Junkala
Kannen kuva © Ben Pipe Photography / Corbis
Taitto: Anu Törmä / Törmä-Ärrälä Oy
Piirrokset sivuilla 10–11, 14, 16–17, 33 ja 101: Wiivi Mentula

© Juha Hiekkataipale, Minna Kattelus, Pekka Kauttu, Mikko Siippainen,
Päivi Vanninen ja Sanoma Pro Oy

Kopiointiehdot
Tämä teos on digitaalinen oppikirja, joka on suojattu tekijänoikeuslailla (404/61).

Kirjan käyttäjälle

Lukiosuunta 1–2 on kuin kompassi, joka pyrkii näyttämään sinulle suuntaa lukioajan eri taitekohdissa: lukio-opinnoissa, yo-tutkinnossa, opiskelu- ja tiedonhakutaidoissa, itsetuntemuksessa, elämänhallintataidoissa, urasuunnittelussa, pääsykokeisiin valmistautumisessa, työelämä- ja yrittäjyystaidoissa sekä työ- ja urapolulle valmistautumisessa.

Lukiosuunta 1–2 toimii ”erilaisissa maastoissa”. Se antaa välineitä itseohjautuvaan opiskeluun ja omaehtoisen toiminnan vahvistamiseen. Se soveltuu henkilökohtaisen ohjauksen lisäksi myös ryhmä-, pienryhmä- ja vertaisryhmäohjaukseen.

Lukiosuunta 1–2 on työväline sekä sinulle opiskelijana että opinto-ohjaajallesi ja ryhmänohjaajallesi. Kirja sisältää lukion opinto-ohjauksen molemmat kurssit.

Toivomme sinulle onnea ja menestystä lukio-opintoihin, urasuunnitteluun sekä elämänmittaiselle tutkimusmatkalle itseesi.

Tekijät

”Jos sen voi kuvitella,
sen voi saavuttaa.
Jos siitä voi
haaveilla,
siksi voi tulla.”

W.A.Ward

SISÄLLYS

KURSSI 1 **MINÄ OPISKELIJANA**

OPISKELUTAIDOT

Minä lukiolaisena 8
Tavoitteeni lukiossa 10
Vahvuuteni ja haasteeni lukio-opinnoissa 11
Motivaationi lukiossa 12
Opintieni 14

OPPIMAAN OPPIMINEN

Tieto haltuun teksteistä 18
Tiedonhaku netistä – elinikäistä oppimista 19
Muistiinpanot 20
Opiskeluohjeet eri oppiaineisiin 21
Esseen kirjoittaminen 26
Kohti koeviikkoa 28

OMAN OPPIMISEN ARVIOINTI

Mitä lukio-opinnot vaativat? 32
Ajanhallinta 34
Oppimispäiväkirjan kirjoittaminen 35
Opiskelijan esimerkki oppimispäiväkirjasta 37
Opintojen tilannearviointi 38
Lukiolainen ja lukihäiriö 39

LUKIO-OPINTOJEN SUUNNITTELU

Lukio-opinnot käyntiin 40
Lukion tuntijako 41
Jatko-opinnot ja lukion ainevalinnat 42
Jatko-opintoihin 44
Lukion kurssivalinnat 50
Opintosuunnitelma 55
Päättöarviointi 56

YLIOPPILASTUTKINNON SUUNNITTELU

Ydintietoa ylioppilastutkinnosta 58
Ylioppilaaksi 62
Lukihäiriö ja ylioppilastutkinnon kokeet 63
Yo-suunnitelma 64
Abivuoden suunnitelma 65
Valmiina lukulomalle 66

ITSETUNTEMUS JA ELÄMÄNHALLINTATAIDOT

Minä omin silmin 68
Minä muiden silmin 70
Tärkeiden asioiden pyramidi 72
Saavutusteni kaappi 73
Suuntaa ottamassa 74
Ammatillisen suuntautumisen arviointi 76
Ajanhallinta ja hyvinvointi 86
Stressinhallinta 88

KURSSI 2 **JATKO-OPINNOT JA TYÖELÄMÄ**

ITSETUNTEMUS JA ELÄMÄNSUUNNITTELU

Mistä tiedän, mitä haluan? 92
Omaa tarinaani 93
Arvoni ja motiivini 96
Arvoni ja elämäntapani 98
Toimintatapani 100
Intressini 102
Kipinäni 106
Elämäni tällä hetkellä 108
Elämänpyöräni 109

JATKO-OPINTOVAIHTOEHDOT SUOMESSA JA ULKOMAILLA

Jatkotutkinnot lukion jälkeen 110
Opiskelupaikat lukion jälkeen 112
Yliopisto-opinnot 114
Ammattikorkeakouluopinnot 118
Ammatillinen peruskoulutus 121
Ammatilliset erikoisoppilaitokset 126
Aikuisten ammattitutkinnot 127
Opiskelu ulkomailla 128
Muita vaihtoehtoja 130

TYÖELÄMÄTAIDOT

Muuttuva ja monimuotoinen työelämä 132
Työelämän valttikortit 134
Työelämätaidot 136
Työelämään tutustuminen -haastattelu 138
Ansioluettelo eli CV 140
Motivaatiokirje 141
Työnhaku 142
Haastatteluun valmistautuminen 144

YRITTÄJYYS

Yrittäjyys 146
Minusta on yrittäjäksi! 148

URAN JA JATKO-OPINTOJEN SUUNNITTELU

Jatko-opintoihin haku 150
Yliopisto-opiskelijaksi 152
Ammattikorkeakouluopiskelijaksi 153
Ammatilliseksi opiskelijaksi 154
Opiskelijan haastattelu 155
Kohti uranvalintaa 156
Mihin suuntaan? 158
Jatko-opinto- ja urasuunnitelmani 160
Kohti valintakoetta 162

Muistiinpanoja 164
Nettihakusanoja 166

Kuvalähteet 167

KURSSI 1

MINÄ OPISKELIJANA

KURSSI 1 **MINÄ OPISKELIJANA**

OPISKELUTAIDOT

Minä lukiolaisena 8
Tavoitteeni lukiossa 10
Vahvuuteni ja haasteeni lukio-opinnoissa 11
Motivaationi lukiossa 12
Opintieni 14

OPPIMAAN OPPIMINEN

Tieto haltuun teksteistä 18
Tiedonhaku netistä – elinikäistä oppimista 19
Muistiinpanot 20
Opiskeluohjeet eri oppiaineisiin 21
Esseen kirjoittaminen 26
Kohti koeviikkoa 28

OMAN OPPIMISEN ARVIOINTI

Mitä lukio-opinnot vaativat? 32
Ajanhallinta 34
Oppimispäiväkirjan kirjoittaminen 35
Opiskelijan esimerkki oppimispäiväkirjasta 37
Opintojen tilannearviointi 38
Lukiolainen ja lukihäiriö 39

LUKIO-OPINTOJEN SUUNNITTELU

Lukio-opinnot käyntiin 40
Lukion tuntijako 41
Jatko-opinnot ja lukion ainevalinnat 42
Jatko-opintoihin 44
Lukion kurssivalinnat 50
Opintosuunnitelma 55
Päättöarviointi 56

YLIOPPILASTUTKINNON SUUNNITTELU

Ydintietoa ylioppilastutkinnosta 58
Ylioppilaaksi 62
Lukihäiriö ja ylioppilastutkinnon kokeet 63
Yo-suunnitelma 64
Abivuoden suunnitelma 65
Valmiina lukulomalle 66

ITSETUNTEMUS JA ELÄMÄNHALLINTATAIDOT

Minä omin silmin 68
Minä muiden silmin 70
Tärkeiden asioiden pyramidi 72
Saavutusteni kaappi 73
Suuntaa ottamassa 74
Ammatillisen suuntautumisen arviointi 76
Ajanhallinta ja hyvinvointi 86
Stressinhallinta 88

OPISKELUTAIDOT

Lukio on kuin huvipuisto – välillä on kivaa, välillä menee pää pyörälle.

Lukio on kuin kenkäkauppa – suuresta valikoimasta pitää löytää itselleen sopivat vaihtoehdot.

Lukio on kuin laskuvarjohyppy – ei voi etukäteen tietää varmasti, minne päätyy, mutta matkalla näkee kaikenlaista.

Minä lukiolaisena

1. Aukeaman marginaaliin on koottu juuri lukionsa aloittaneiden opiskelijoiden kielikuvia lukiosta. Mitä sana lukio tuo sinulle mieleen?

Lukio on kuin...

Perusteluni:

2. Millainen olet opiskelijana?

Opiskelijana olen kuin...

Perusteluni:

3. Kielikuvat eli metaforat sisältävät tulkintojasi ja arviointejasi siitä, mitä teet, koet ja tunnet. Ne kertovat tavastasi suhtautua uuteen opiskelupaikkaan, lukio-opiskeluun ja itseesi opiskelijana. Pohdi, mitä äsken kirjoittamasi kielikuvat kertovat

a) asenteestasi ja motivaatiostasi

b) arvoistasi

c) mielentilastasi ja elämäntilanteestasi

d) opiskelutavoitteistasi

e) muusta, mistä?

Lukio on kuin kävelytie – eteenpäin ei pääse kuin omilla jaloillaan.

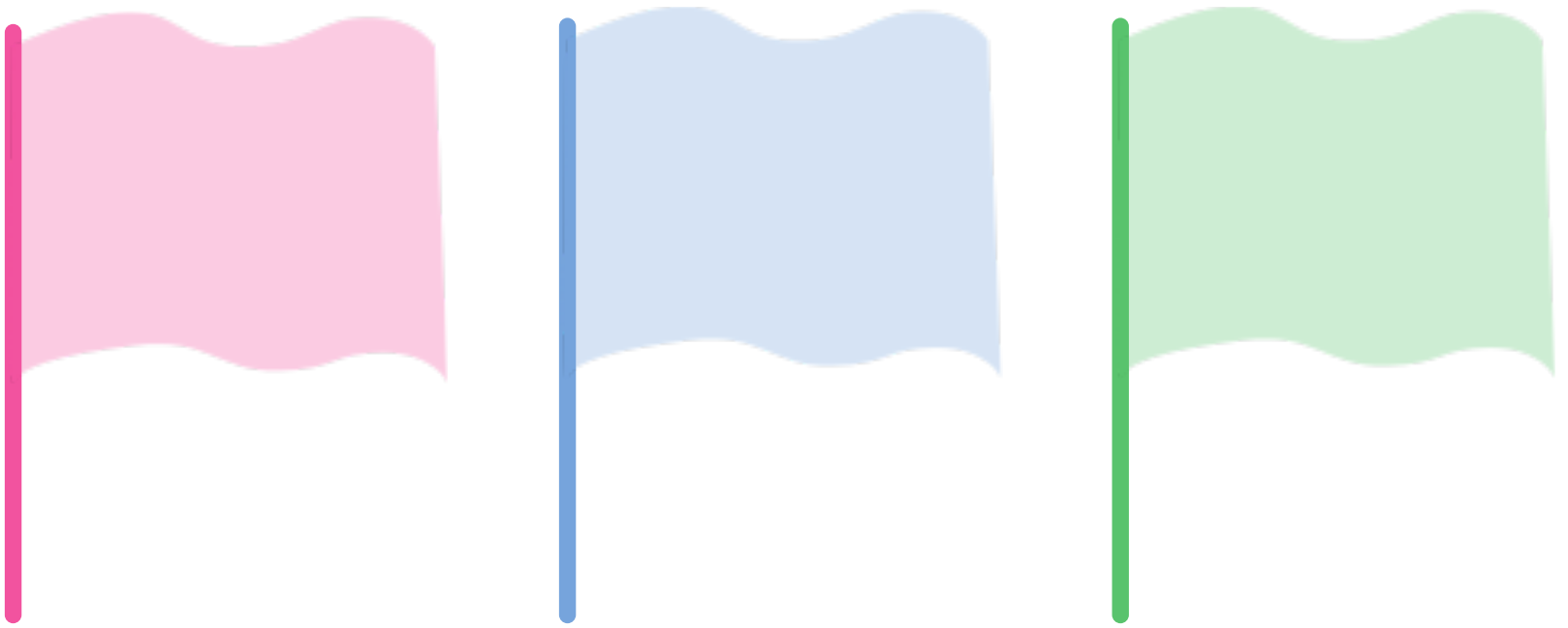
Lukio on kuin Titanic – ikinä ei tiedä, mihin törmää.

Lukio on kuin resepti – pitää noudattaa työjärjestystä, jotta lopputulos on onnistunut.

Tavoitteeni lukiossa

1. **Tavoitteet vievät kohti päämäärää ja onnistumista.**
Pohdi, mitkä ovat sinun tavoitteesi lukiossa ja tulevaisuudessa.

a) Kirjoita lippuihin kolme asiaa, joita tavoittelet lukiossa ja näiden alapuolelle ne keinot, joiden avulla aiot päästä kyseisiin tavoitteisiin sekä mahdolliset tavoitteita jarruttavat esteet.

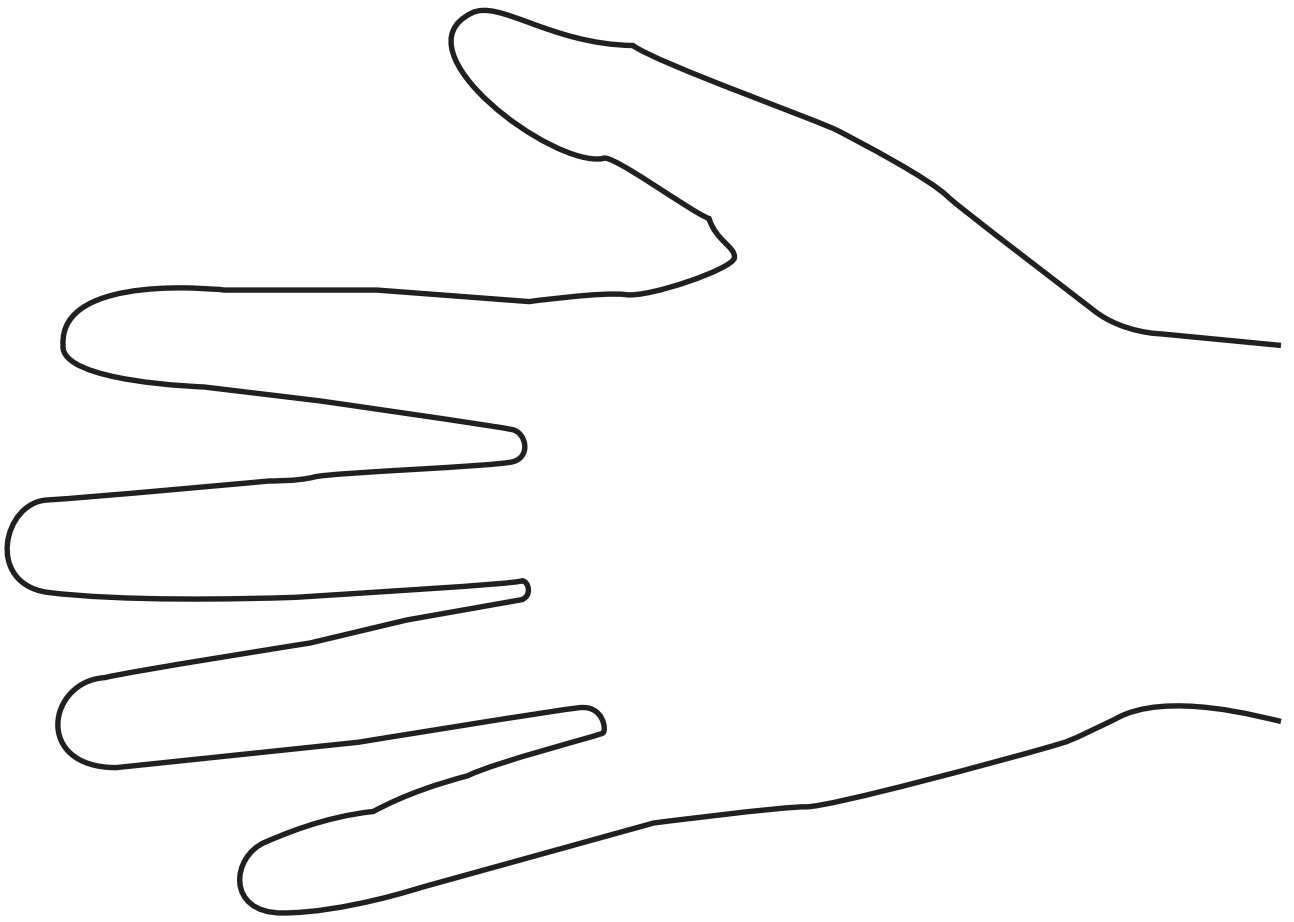


b) Mitä hyötyä sinulle on päämäärään pääsemisestä, ylioppilastutkinnosta ja lukion päättötodistuksesta?

Vahvuuteni ja haasteeni lukio-opinnoissa

1. Kirjoita jokaiseen sormeen yksi vahvuutesi opiskelijana.

2. Kirjoita kämmeneen ne asiat, joita sinun olisi hyvä kehittää opiskelussasi?



3. Mikä on mielestäsi tärkein vahvuutesi lukio-opiskelussa? Perustele.

4. Miten voit ja aiot parantaa kehitettäviä puoliasi lukio-opiskelussa?

Motivaationi lukiossa

Latinan kielestä periytyvällä sanalla motivaatio, *moveo*, on alun perin tarkoitettu liikettä ja liikuttamista. Nykyisin motivaatiolla tarkoitetaan muun muassa positiivista vireys- ja tahtotilaa, jossa ihminen priorisoi asioita ja toimii tavoitteellisesti.

Oppimiseen tarvitaan motivaatiota eli myönteistä suhtautumista opiskeltavaan asiaan. Kielteiset asenteet ja kokemukset jarruttavat opiskelua ja oppimista. Kiinnostus opiskeltavaa asiaa kohtaan auttaa aikataulujen laatimisessa ja kannustaa toimimaan päämäärien saavuttamiseksi. Mitä motivoituneempi olet, sitä helpommin työ tai oppiminen sujuu.

Motivaatio voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. **Sisäinen motivaatio** syntyy, kun ihminen kokee, että tehtävät ovat tarpeeksi haasteellisia, ja ne kannattaa tehdä. Sitä edistävät muun muassa monipuoliset ja mielekkäät tehtävät, mahdollisuus kokeilla uusia asioita sekä aikaisemmat onnistumisen kokemukset. Sisäinen motivaatio tyydyttää ihmisen itsensä toteuttamisen ja henkisen kasvun tarpeita. Opiskelu koetaan tärkeäksi, koska se tuottaa mielihyvää.

Ulkoinen motivaatio syntyy ulkopuolelta saatavista palkkioista ja kannustimista, jotka tyydyttävät ihmisen yhteenkuuluvuuden, turvallisuuden ja aineellisen hyödyn tarpeita. Palkkio voi tulla myös aineettomana palautteena, johon voi sisältyä vihje positiivisista tai negatiivisista seuraamuksista. Tämä havahduttaa ihmisen ja yllyttää häntä toimimaan.

Motivaatio on tilannesidonnaista, ja se pitää löytää itse. Tehokkaaseen ja hyvään suoritukseen tarvitaan molempia motivaation lajeja. Sisäinen motivaatio antaa tarpeen ja ymmärryksen, ulkoinen voiman ja tehokkuuden. Jos oppiminen ei tuota mielihyvää eikä anna sisäisiä palkkioita, tarvitaan ulkoisia kannustimia ja palkkioita, jotta opiskelu saadaan käyntiin.

1. Kirjoita muutama esimerkki tilanteista, jolloin olet kokenut olleesi sisäisesti tai ulkoisesti motivoitunut. Joissakin tilanteissa olet kenties käyttänyt molempia motivaation muotoja hyväksesi.

Olin sisäisesti motivoitunut...

Olin ulkoisesti motivoitunut...

Olin sekä sisäisesti että ulkoisesti motivoitunut...

2. Arvioi motivaatiotasi. Merkitse rasti janalle sinua kuvaavaan kohtaan.

Opiskelu lukiossa tyydyttää tiedonjanoani.		Opiskeluni lukiossa toteuttaa muiden minuun kohdistamia odotuksia.
Noudatan ja muutan opiskelu-suunnitelmiani tarpeitteni mukaan.		Minulle on tärkeää noudattaa sääntöjä ja pysyä aikataulussa.
Tunnen sisäistä tyydytystä hyvistä suorituksista.		Tarvitsen palkkiota ja kannustusta, jotta saisin hyviä tuloksia.
Lukio-opiskelu on välttämätöntä suunnitelmieni toteutumiselle.		Lukion käyminen on arvostettua.
Haluan kartuttaa tietojani ja taitojani.		Minulle on tärkeintä hyvä koulumenestys.
Olen lukiossa omasta halustani.		Minut painostettiin menemään lukioon.
Menestymiseni on tärkeää minulle.		Menestymiseni on tärkeää läheisilleni.
Teen opiskelusuunnitelmani kykyjeni ja mahdollisuuksieni mukaan.		Suunnittelen opintoni vähimmän vaivan mukaan.
Tärkeintä on todellinen oppiminen.		Tärkeintä ovat loistavat arvosanat, vaikka ulkoa oppien.

3. Yhdistä janoille merkitsemäsi rastit suorilla viivoilla ja saat motivaatioprofiilisi.

Tulkinta

Jos vastauksesi painottuvat vasemmalle, olet enemmän sisäisesti motivoitunut opiskelija. Jos vastauksesi ovat enimmäkseen oikeassa laidassa, olet enemmän ulkoisesti motivoitunut opiskelija. Lukio-opinnoista voi selvitä molemmilla tavoilla, mutta sisäisesti motivoitunut opiskelu voi olla mielekkäämpää. Sisäisesti motivoitunut opiskelija ei myöskään lannistu helposti ja kestää tilapäisiä vastoinkäymisiä paremmin kuin ulkoisesti motivoitunut.

Opintieni

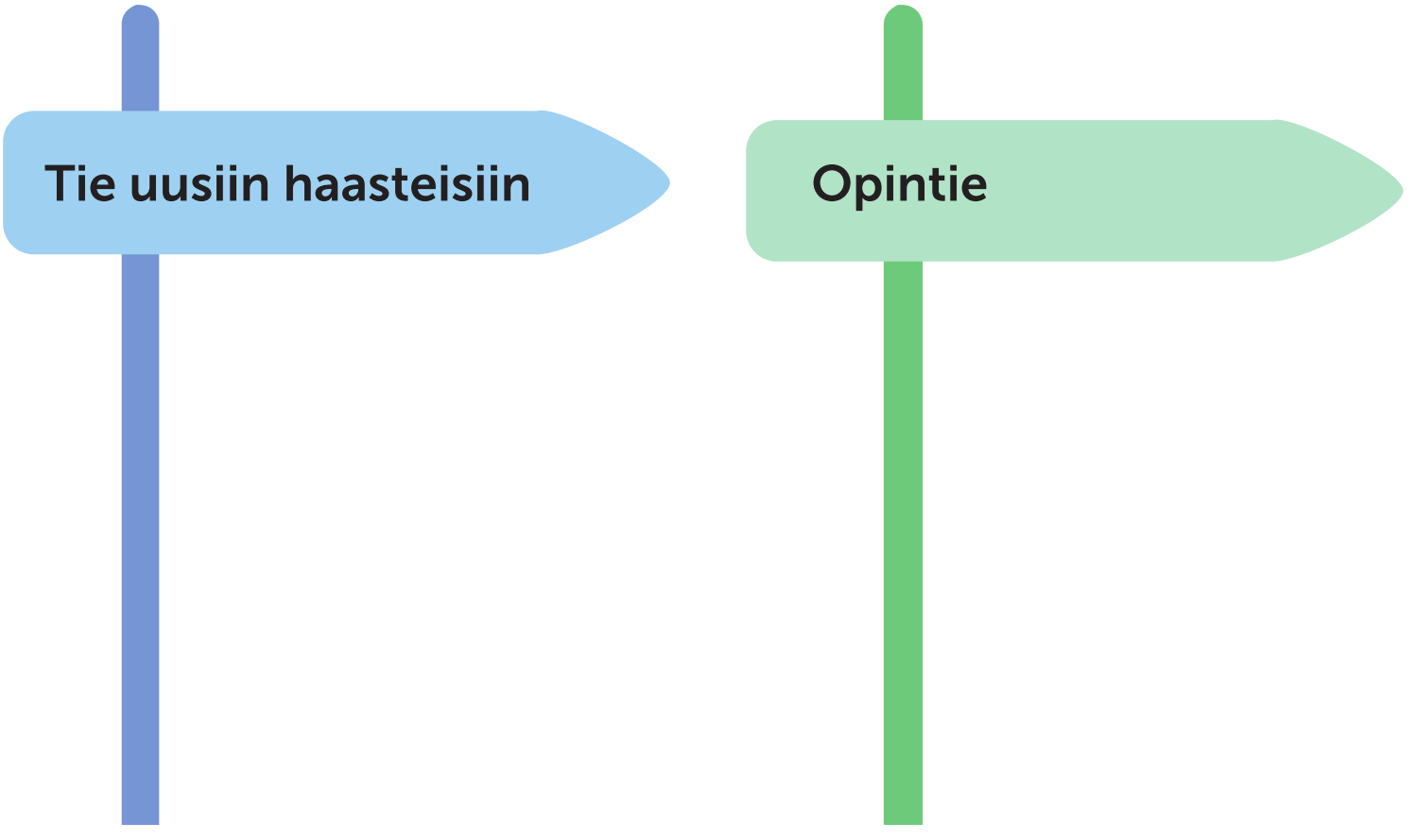
1. Tee seuraavalle aukeamalle opintiesi. Voit toteuttaa sen esimerkiksi polkuna tai aikajanana ja käyttää siinä tekstiä, kuvia ja värejä.

Kerro

- kouluvuosikokemuksistasi lapsuudesta nuoruuteen
- itsestäsi, perheestäsi ja ystävistäsi
- lempiaineistasi, vahvoista ja heikoista aineistasi sekä todistuksiesi keskiarvosta eri kouluvaiheissa
- harrastuksistasi
- matkan varrella haaveilemistasi unelmatöistä.

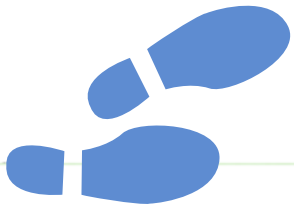
Kuvaile myös

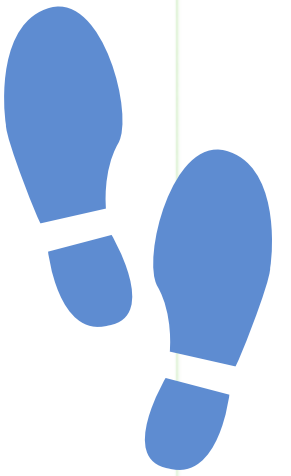
- mikä elämässäsi on parasta tällä hetkellä, mikä tärkeintä, mikä ilahduttaa, mikä ärsyttää ja mikä jännittää
- mistä asioista ja keneltä saat voimaa ja tukea lukioaikaiseen jaksamiseesi
- tulevaisuuden tavoitteitasi ja unelmatyötäsi
- 3–5 sinulle tällä hetkellä mielenkiintoista tekemistä, jotka haluaisit sisällyttää tulevaisuudessa omaan työhösi tai työuraasi.



BLACK HOLE
Varakas?
Ulkomaille töihin?
Insinööri?
Mainosala?
Korkeakoulu?
LUKIO
Koulu alkanut kivasti. Paljon uusia kavereita.
Tällä hetkellä tärkeintä elämässä koulu, kaverit, perhe, poikaystävä. Kaikki edeltävät sekä harrastukset ilahduttavat. Parasta kaverit ja poikaystävä.
YLÄASTE
Ylä asteella aloin inhota koulua ja kolme vuotta oli tylsää ja samanlaista. Ei paljon muistikuvaa. Ylä asteella aloin keskittyä enemmän tanssiin ja lentopalloon. Lempiaineet samat kuin ala-asteella. Tästä asti selkeä tulevaisuuden haave "suunnittelu" ammatti.
ALAKOULU
Elämäni onnellisinta aikaa. Koulu kivaa ei vastuuta eikä vielä vakavia asioita. Kaikki kavereita. Paljon harrastuksia mm. rytminen-voimistelu, joukkue voimistelu, teatteri, sulkapallo, tanssi, lentopallo, bändy. Lempiaineet: liikka, kuvis, musiikki.
ESIKOULU
En muista paljoa esikoulusta. Sama meininki jatkuu kuin päiväkodissa. Alotin taitoluistelun.
PÄIVÄKOTI
Pomotin kaikkia! Leikin paljon ja välillä kiusasinkin muita. Inhosin kaikkia tätejä koska olin nirso ja tätit pakotti syömään pahoja ruokia. Tanssin balettia.
PERHE
Äiti, Isä
Isoveli, Pikkuveli
Pikkusisko

Opintieni





OPPIMAAN OPPIMINEN

Tieto haltuun teksteistä

SEKERE-malli

SEKERE-mallin tavoitteena on tiedon järjestelmällinen haltuunotto, ymmärtäminen ja uusien näkökulmien muodostaminen. Ota lukio-opintosi haltuun SEKERE-mallin avulla.

SEKERE-malli = selaa, kelaa, relaa

1. SELAA

a) Aluksi kannattaa keskittyä aineiston pääasioihin.

b) Silmäile sisällysluettelo, pää- ja väliotsikot, kuvat, kuvatekstit, malliesimerkit ja taulukot.

2. KELAA JA KESKITY

a) Lue ja syvenny koko aineistoon.

b) Keskity yksityiskohtiin ja ota tieto haltuun.

c) Muuta pää- ja väliotsikot kysymyksiksi ja etsi niihin vastauksia.

d) Tee muistiinpanoja, harjoittele laskuja, laadi miellekarttoja, taulukoita, asialistoja sekä tee omia kysymyksiä ja esimerkkejä.

e) Keskustele koealueen asioista esimerkiksi kurssikaverisi kanssa.

Relaa! Pidä taukoja!

3. KELAA JA KERTAA

a) Silmäile kertausvaiheessa aineiston sisällysluettelo, otsikot, tekstit, kuvat, malliesimerkit ja kaaviot.

b) Yhdistele asioita mielessäsi ja käytä erilaisia muistisääntöjä.

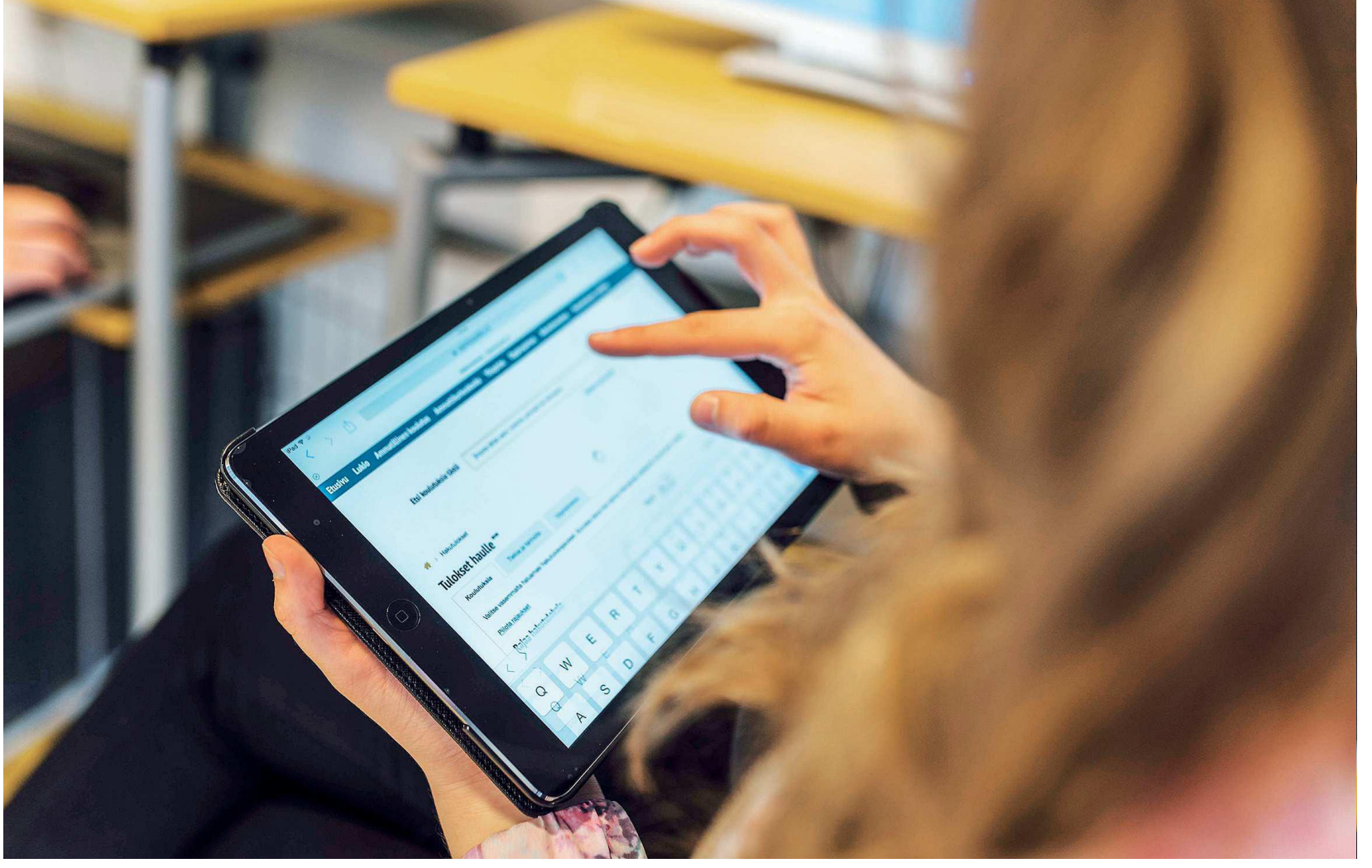
c) Kertaa myös alleviivauksesi ja muistiinpanosi.

4. RELAA

a) Muista syödä, juoda vettä, liikkua ja levätä.

b) Virkistäytymistaukoja tarvitaan aivojen lepoon.

c) Pänttäystaukojen aikana alitajunta kokoaa ja järjestää tietoja sekä luo uusia yhteyksiä asioiden välille.



Tiedonhaku netistä – elinikäistä oppimista

Reaaliaikainen tieto löytyy netistä. Tieto muuttuu ja sitä tulee jatkuvasti lisää. Pulmana on, millä erottaa osuva, ajantasainen tieto vanhentuneesta tai epätarkasta informaatiosta. Hakuosoitteet voivat vaihtua, mutta osuvilla hakusanoilla pääsee suoraan etsittyihin tietolähteisiin. Voit arvata tai päätellä monia hyviä hakusanoja etsittävän tiedon keskeisistä sanoista.

Esimerkiksi jos olet kiinnostunut yliopisto-opiskelusta Suomessa, hyviä hakusanoja ovat muun muassa *yliopisto*, *yliopistot* ja *yliopisto-opiskelu*.

Osa hakusanoista ei ole pääteltävissä eikä arvattavissa, vaan ne pitää tietää, jotta tiedon ovi aukeaisi.

Esimerkiksi jos olet kiinnostunut englanninkielisistä korkeakouluopinnoista Suomessa, osuvin hakusana on *admissions*.

Jos taas olet kiinnostunut teknisen alan yliopisto-opinnoista, insinöörien tai arkkitehtien koulutuksesta Suomessa, osuvin hakusana on *dia*.

Jos sinua kiinnostaa korkeakouluopiskelu ulkomailla, hyviä hakusanoja ovat muun muassa *cimo maatieto*, *eu ploteus, study abroad* ja *admissions*.

Jos taas haluat tietoa harjoittelu- tai työpaikoista ulkomailla, osuvia hakusanoja ovat *allianssi*, *cimo maailmalle*, *eu youth portal*, *eurodesk* ja *nuoriso-vaihto*.

1. **Tutustu kirjan lopussa oleviin nettihakusanoihin. Valitse niistä viisi sinua eniten kiinnostavaa ja kokeile niitä. Kirjoita muistiin 2–3 sellaista tietoa jokaisesta hakulinkistä, jota et tiennyt etukäteen.**

Muistiinpanot

Yhdistele ja ymmärrä

- Muistiinpanot ja tehtävät kannattaa tehdä vähintään A4-kokoiselle paperille. Tällöin jää tilaa laatia asioiden ympärille miellekarttoja sekä luonnostella erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja.
- Hahmottele kokonaisuuksia.
- Yhdistele mielessäsi uutta ja vanhaa tietoa.
- Tee muistiinpanoja omin sanoin.
- Selitä asioita ääneen.
- Tee syy-seurauskaavioita.
- Tee isoista lukualueista aikajanoja ja tiivistelmiä.
- Tee opiskeltavista asioista itsellesi merkityksellisiä.

Miellekartta

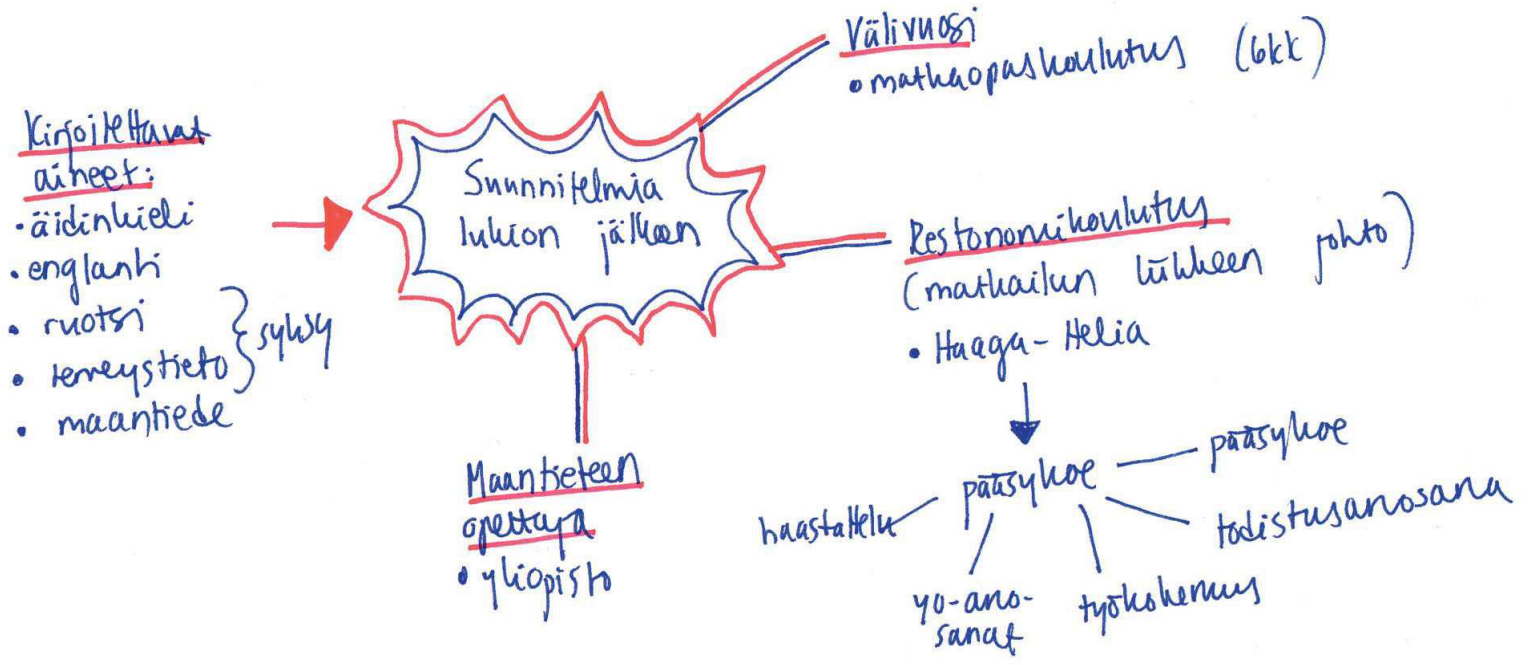
- Tee paperille yksi pääkäsite ja sen ympärille alakäsitteet ja lisätiedot.
- Miellekartan avulla hahmotat helpommin syy-seuraussuhteita ja kokonaisuuksia.
- Toimii hyvin
  - uuden luvun opiskelussa
  - kokeeseen kertauksessa
  - esseevastauksen jäsentämisessä suttupaperille
  - esitelmän ja puheen muistiinpanoina

Aktivoi aistisi

- Tee mielikuvia opiskeltavasta asiasta.
- Käytä värejä, symboleja ja piirroksia.
- Näyttele opittava asia.

Muistilaput

- Kertaile ja silmäile asioita muistilapuista.
- Muistilappuja voit liimailla kotona oveen ja seinälle tai pitää mukana laukussasi.
- Muistilappuja on helppo lukea esimerkiksi junassa tai bussissa.



Opiskeluohjeet eri oppiaineisiin

- Seuraavassa on kerrottu opiskeluohjeita kielten, reaaliaineiden ja matematiikan opiskeluun.
- Aineenopettajat ovat oman aineensa asiantuntijoita. He ohjaavat opiskelutekniikoissa oman oppiaineensa tunneilla. Kysy heiltä lisäohjeita opiskelutaitojesi kehittämiseen.
- Säilytä eri opiskeluaineiden muistiinpanosi ja malliratkaisut huolellisesti, jotta voit palata niihin valmistautuessasi kurssi- ja ylioppilastutkinnon kokeisiin.

Vinkkejä kielten opiskeluun

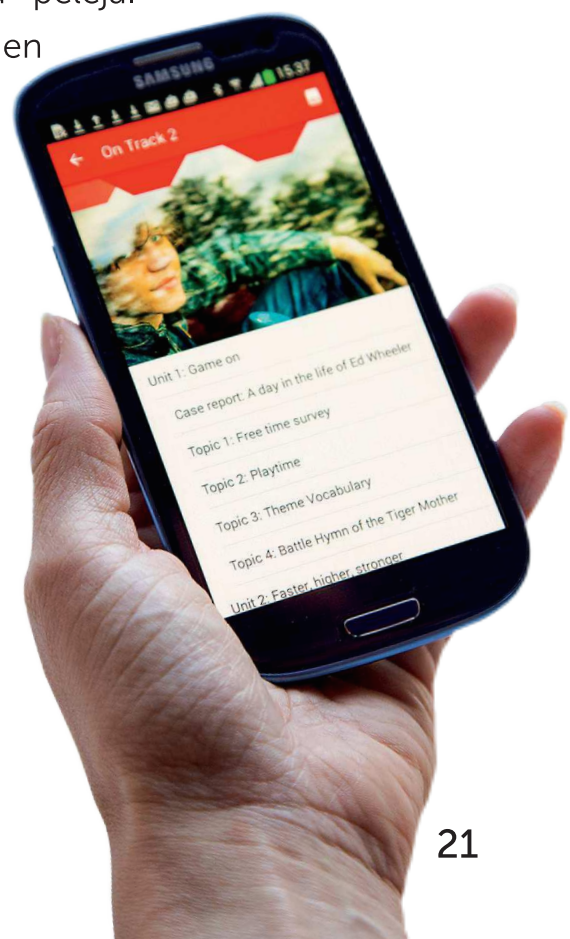
Rakenteiden ja sanojen opiskelu on suurelta osin ulkolukua. Kielioppisääntöjä ja sanontoja kannattaa toistaa, jotta ne todella oppisi. Tutustu ja käytä kieltä rohkeasti vapaa-ajallasi: lue vieraskielisiä lehtiä ja kirjoja, katso elokuvia ja keskustele vieraskielisten ihmisten kanssa. Sosiaalisen median ja pelien avulla opit kieliä luontevasti ja huomaamatta. Arjen tilanteissa tärkeintä ei ole se, puhutko ja kirjoitatko virheettömästi, vaan se, että uskallat käyttää kieltä rohkeasti. Muistathan, että vanhan, valmiiksi täytetyn kirjan tehtävistä et opi mitään.

Kieliopin opiskelu

- Säännöt jäävät parhaiten mieleen esimerkkien avulla. Keksi ja kirjoita lauseita ja tarinoita, joissa harjoittelet uutta kielioppisääntöä.
- Kysy opettajalta apua epäselvissä asioissa. Älä luista kielioppitehtävistä!
- Keksi omia luovia keinoja sääntöjen oppimiseen. Lue ääneen, kirjoita, laula ja rytmitä sääntöjä.

Sanaston opiskelu

- Lue tekstit huolellisesti. Sanat jäävät mieleen parhaiten tekstien asiayhteydestä.
- Kuulustele itseäsi peittämällä sanalistan toinen puoli.
- Lue sanoja ja tekstejä ääneen.
- Äänitä sanalistoja ja tekstejä esimerkiksi kännykkääsi.
- Kirjoita sanat ja vaikeat lauseet vihkoosi tai muistilapuille. Laita muistilappuja esille huoneeseesi tai kalenterisi väliin.
- Sanoja kannattaa opiskella vähän kerrallaan eikä kertarysäyksellä juuri ennen koetta.
- Käytä luovasti värejä ja omia piirroksia muistiinpanoissasi.
- Tee itsellesi tai kaverillesi sanakokeita.
- Muodosta omia lauseita uusista sanoista. Hassut lauseet voivat jäädä hyvin mieleen. Mieti sanoille myös vastakohtia ja synonyymeja.
- Tee sanakarttoja (miellekarttoja) tietyn aihepiirin sanastosta (esimerkiksi asumiseen liittyvästä sanastosta).
- Hyödynnä oppimisessa tietokoneohjelmia ja -pelejä.
- Hyödynnä kirjasarjojen omia nettisivuja ja sanasto-sovelluksia kännyköille.



Ääntämisen opiskelu ja suullinen tuottaminen

- Kuuntele kirjasarjojen äänitteitä ja vieraskielisiä elokuvia.
- Lue paljon ääneen.
- Käytä kieltä rohkeasti ja puhu vieraskielisten kanssa.
- Puhumaan oppii vain puhumalla.

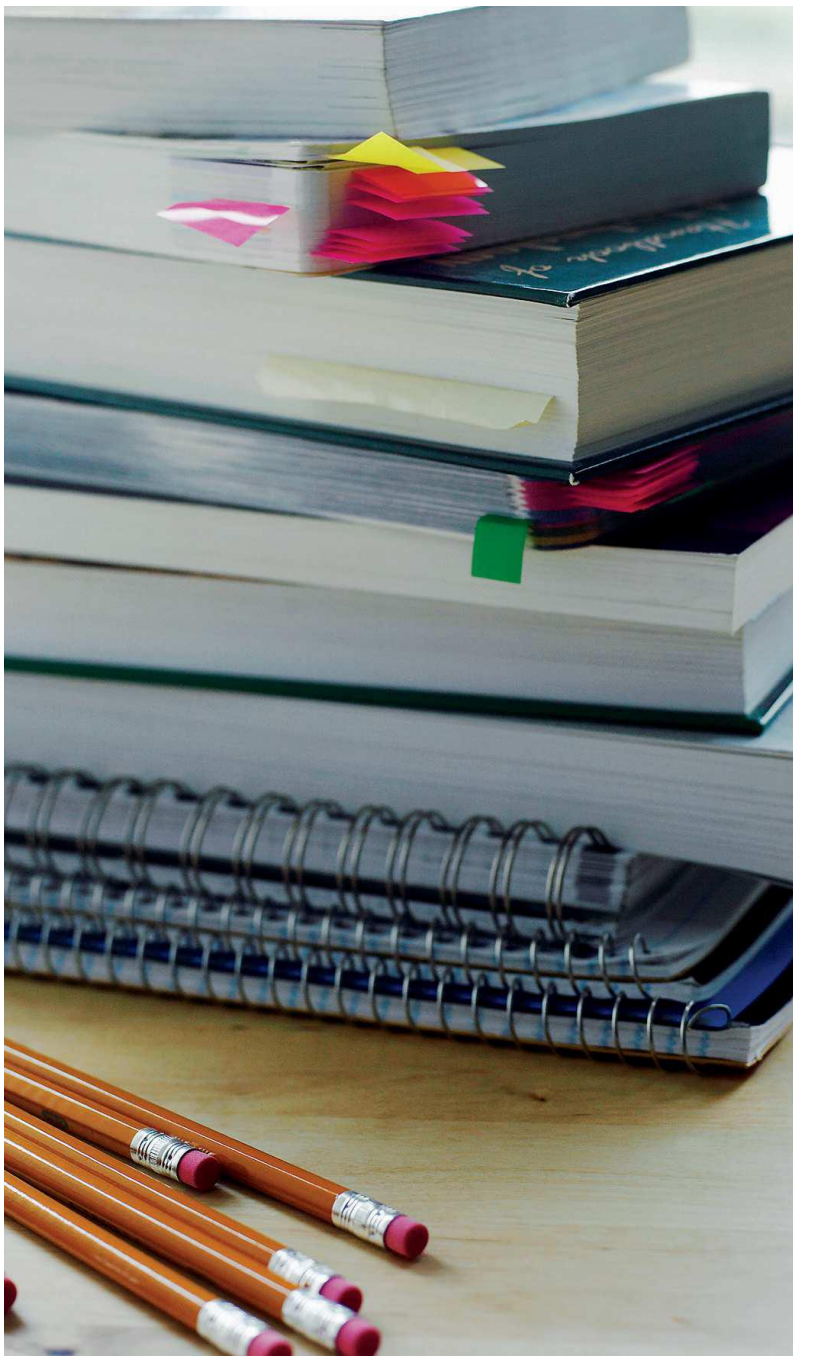
Kirjallinen tuottaminen

- Tarkista aina kirjallisen tuotoksen oikeinkirjoitus, sanojen suvut ja aikamuodot.
- Aloita kotiaineet ja esitelmät hyvissä ajoin, jotta ehdit palauttaa ne ajallaan.
- Harjoittele vieraskielistä kirjoittamista aina kun siihen on mahdollisuus.
- Pidä yhteyttä vieraskielisiin tuttaviisi myös kirjoittamalla.

Omat vinkit:

Tekstin- ja kuullunymmärtäminen

- Keskity tekstin- ja kuullunymmärtämisessä ensin kokonaisuuden hallintaan eli tarinan keskeiseen sisältöön.
- Selvitä itsellesi, mistä tarina kertoo ja mitkä ovat pääkohdat.
- Tarkista oudot sanat sanakirjasta.
- Lue vieraskielisiä lehtiä, kirjoja ja nettisivuja. Kuuntele erilaisia vieraskielisiä ohjelmia.
- Katsele elokuvia ottamalla tekstitys pois.



Vinkkejä reaaliaineiden opiskeluun

Reaaliaineet voidaan jaotella kahteen pääryhmään:

1. luonnontieteelliset aineet
   – biologia, maantiede, fysiikka ja kemia
2. muut reaaliaineet (ns. humanistiset aineet)
   – historia, yhteiskuntaoppi, uskonto, elämänkatsomustieto, filosofia, psykologia ja terveystieto.

Poimi seuraavista yleisistä ohjeista itsellesi sopivia opiskelutapoja eri reaaliaineisiin.

Lukeminen

- Tutki kirjan sisällysluettelo, kuvat, taulukot, otsikot ja tiivistelmät. Ne auttavat hahmottamaan kokonaisuuksia ja helpottavat syventymistä tekstiin.
- Keskity ulkoa opettelun sijaan kokonaisuuden ymmärtämiseen ja pohdi, mikä merkitys asialla on ja mihin se liittyy. Liiallinen yksityiskohtien opettelu voi estää varsinaisen asian ymmärtämisen.
- Muuta pää- ja väliotsikot kysymyksiksi ja etsi niihin vastauksia.
- Huomioi ilmiön syyt, taustat ja seuraukset.
- Mieti lukiessasi mitä tiedät asiasta entuudestaan. Palauta mieleesi saman aineen aikaisempien kurssien teemoja.
- Pyri opettelemaan peruskäsitteet ja kokonaisuuden kannalta tärkeät faktat.
- Opettele uudet käsitteet ja termit.
- Kerro omin sanoin itsellesi tai kaverillesi ydinasiat lukemastasi. Jos et onnistu, lue teksti uudelleen.
- Voit testata muistamistasi kirjoittamalla ranskalaisin viivoin paperille aineiston pääteemat ja mitä niistä muistat.

Muistiinpanotekniikat

- Alleviivaa ja korosta tekstin ydinasiat.
- Työstä käsiteltäviä asioita sekä mielessäsi että paperilla.
- Kirjoita ydinasiat käsitekartaksi tai sanele ydinasiat kännykkään ja kuuntele ne.
- Tee luvun otsikoista kysymyksiä, joihin yrität vastata.
- Tee otsikoista miellekartta A4-paperille.
- Hyödynnä mielle- ja käsitekarttoja, yhteenvetoja, syy- ja seurauskaavioita ja aikajanoja. Niiden avulla ymmärrät asiat kokonaisvaltaisemmin ja helpotat muistamista.
- Kun teet muistiinpanoja opettajan merkinnöistä oppitunnilla, kirjoita ne kotona omin sanoin uudelleen ja tee koonti ydinasioista ja syy-seuraus-suhteista.
- Kuuntele oppitunneilla aktiivisesti ja tarkkaile opettajan painotuksia.
- Hyödynnä muistiinpanojasi kokeeseen lukiessasi.

Omat vinkit:

Vinkkejä matematiikan opiskeluun

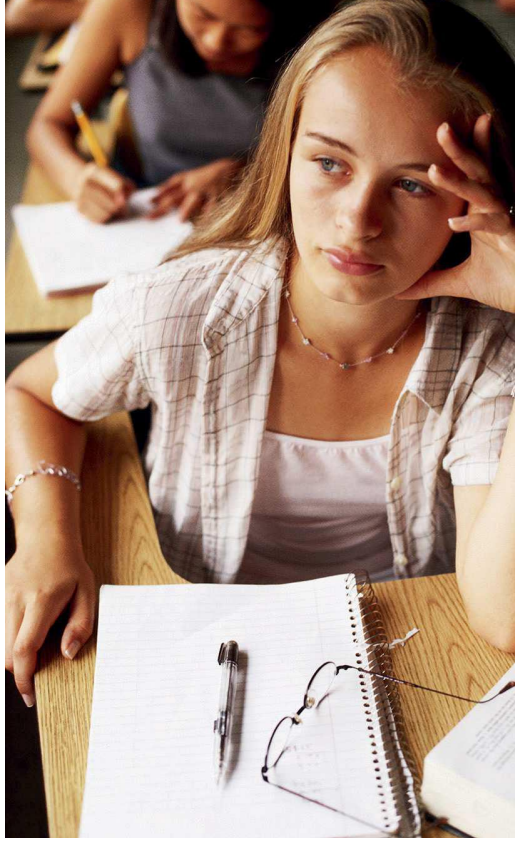
Matematiikkaa oppii laskemalla, tekemällä, pohdiskelemalla ja keskustelemalla tehtävistä kavereiden tai vanhempien kanssa. Lyhyen matematiikan opinnoissa on käytännönläheisempi näkökulma, kun taas pitkä matematiikka on luonteeltaan teoreettisempaa.

Matematiikan opiskelu vaatii aina sitoutumista: säännöllistä ja pitkäjänteistä harjoittelua.

Omat vinkit:

- Laskurutiini on tärkeä!
  Laskemaan oppii vain laskemalla.
- Suunnittele matematiikan kurssivalintasi niin, että laskurutiinisi pysyy säännöllisenä kokeeseen saakka. Esimerkiksi abivuonna sinulla tulisi olla joka jaksossa vähintään yksi matematiikan kurssi.
- Muodosta miellekarttoja eri aihealueista. Kuvat ja kaaviot auttavat asian oivaltamisessa.
- Keskustele sanallisista tehtävistä kaverin kanssa.
- Pura tehtävä pieniin osiin. Mitä tiedetään? Mitä kysytään? Piirrä kuva tai kaavio tilanteen hahmottamiseksi.
- Matematiikkaa kannattaa harjoitella lähes joka päivä. Laskurutiini unohtuu helposti.
- Tee aina läksyt, yritä edes, vaikket heti osaisi. Pienikin oivallus auttaa eteenpäin asian ymmärtämisessä.
- Ole aktiivinen, pyydä apua ja kysy, jos et ymmärrä tai osaa.
- Yritä pysyä tahdissa mukana. Usein alkukurssin asioita tarvitaan koko kurssin ajan.
- Päässälaskutaito on tärkeä taito: Älä laske kaikkea aina heti laskimella, vaan yritä ensin miettiä laskuja päässäsi. Matematiikan kokeeseen kuuluu päässälaskuosio.
- Laskimesta on suurta hyötyä, jos opettelet käyttämään sitä kunnolla.
- Tee matematiikan tehtävistä itsellesi kunnolliset malliratkaisut.
- Jos suunnittelet vaihtamista pitkästä matematiikasta lyhyeen, keskustele ensin matematiikanopettajasi kanssa.
- Älä luovuta liian helpolla.
  Yrittäminen kannattaa!

1. Testaa itsellesi uusia oppimistapoja. Palaa kirjan sivuille 20–24 ja valitse viisi sinulle uutta oppimisvinkkiä. Testaa uusia oppimistapoja eri oppiaineissa ja kirjoita vinkit ja kokemukset tälle sivulle. Mitä uusia oppimistapoja kokeilit, missä oppiaineissa? Miten uudet oppimistavat toimivat?



Esseen kirjoittaminen

Esseevastaus on asiatyylinen, yhtenäiseksi tekstiksi kirjoitettu, kappaleisiin jaettu kokonaisuus. Hyvä reaalivastaus alkaa usein termien määrittelyllä, jatkuu merkitysten ja syy-seuraus-suhteiden pohtimisella sekä päättyy johtopäätöksiin ja yhteenvetoon. Asiaa voi havainnollistaa esimerkiksi piirroksella tai taulukolla, joka selitetään faktoilla.

Alku ja johdanto

- Mikä? Mitkä? Kuka? Mistä koostuu?
- Kuvailua ja käsitteiden määrittelyä.

Selkeästi jäsennelty käsittelyosa

- Missä? Milloin? Millainen? Miksi? Miten? Mitä seurauksia?
- Käsiteltävän asian merkitys, vaiheet, vaikutukset, esimerkit, syyt ja seuraukset, sovellukset ja päätelmät sekä keinot ratkaista asia.

Yhteenveto

- Mikä merkitys? Mitä seurauksia? Mikä vaikutus tulevaisuudelle?
- Yhteenveto, pohdinta ja asian sitominen johonkin laajempaan kokonaisuuteen.

Esseekokeen muistilista

1. Lue kaikki koekysymykset huolellisesti läpi.
2. Aloita itsellesi helpoimmasta tehtävästä.
3. Arvioi ajankäyttösi.
4. Tarkista ennen vastaamista, että olet ymmärtänyt kysymyksen oikein. Jos kysymys on kaksiosainen, muista vastata molempiin osiin.
5. Luonnostele vastauksesi suttupaperille esimerkiksi miellekartan muotoon.
6. Pysy tosiasioissa ja perusta oma pohdintasi faktoihin.
7. Esseevastaus ei ole asialista, vaan looginen, kappaleisiin jaettu kokonaisuus.
8. Hyvän vastauksen lopussa esität yhteenvedon, johtopäätöksiä tai erilaisia näkökulmia.
9. Kirjoita selkeää käsialaa ja käytä kaavioita, piirroksia tai taulukoita havainnollistamaan tekstiäsi. Muista nimetä ja numeroida tekemäsi kuva tai taulukko.
10. Tarkista aina vastauksesi.

Sivulla 27 on esimerkki reaalikokeen käsitteenmäärittelytehtävästä.

Tehtävänanto:

1. a) Schumannin julistus
   b) Euron lähentymiskriteerit
   c) Yhteispäätösmenettely

essect 3p. + 3p. = 6p.

koe 15,5p.

21,5p./24p. = 9½

Erinomaiset funtimmistiinparat ja funtioktiivisemt.

a.) Schuman antoi julistuksensa vuonna 1950. Sen pääsisältö on ajatus Euroopan yhteisön luomisesta, niin taloudellisella ja poliittisellakin tasolla. Takana oli ajatus siitä, että Euroopassa ei (taas) syttyisi sota, erituten Saksan ja Ranskan välille, joka voisi pahimmillaan levitä globaaliksi konfliktiksi. 1. 2p.

b.) Lähentymiskriteereillä tarkoitetaan kriteerejä, jotka EU:n jäsenvaltion on täytettävä päästäkseen osaksi EMU:a. Kriteerit ovat hintakehitys, pitkien ja lyhyiden korkojen kehitys sekä julkisen talouden tila. Julkisen talouden tulee täyttää kasvu- ja vakaussopimuksen ehdot eli julkinen velka ei saa olla yli 60 % maan BKT:sta ja budjetin alijäämän on oltava alle 3 %. Suomi ja Luxemburg ovat ainoat sopimusta edelleen noudattavat euromaat. 2p.

c.) Yhteispäätösmenettelyssä parlamentin ja neuvoston on hyväksyttävä lakiehdotus. Muissa menettelytavoissa, joita nykyään käytetään harvemmin, parlamentti antaa vain lausunnon asiasta. 1,5p.

+ hyväksymismenettely (esim. uudet jäsenmaat) 5,5p.

Kohti koeviikkoa!

Kokeisiin valmistautuminen

Oppiminen on pitkäkestoinen prosessi. Jotta omaksuisi kurssin asiat, on tärkeää olla aktiivinen koko kurssin ajan.

Hyviksi havaitsemiesi opiskelutapojen ja aikatauluttamisen avulla parannat tuloksiasi. Kun olet löytänyt oman rytmisi, pystyt suhtautumaan sopivan rennosti koeurakkaan. Kokeisiin valmistautuminen alkaa jo kurssin aikana.

1. **Merkitse hymynaama niiden ohjeiden vieressä oleviin ruutuihin, jotka kuvaavat nykyistä toimintatapaasi opiskelussa. Alleviivaa kohdat, joihin sinun pitäisi panostaa nykyistä enemmän.**

Ennen oppituntia

- ☐ Silmäilen etukäteen tulevia asioita: käsiteltävää kirjan lukua, kuvia ja taulukoita.
- ☐ Mietin, mitä tiedän etukäteen aiheesta ja teen siitä miellekartan.
- ☐ Kirjaan ylös tai kirjoitan sivun laitaan aiheeseen liittyvät vaikeat kohdat.
- ☐ Keksin kysymyksiä aiheesta.
- ☐ Hankin etukäteen lisätietoja aiheesta.

Hymynaamojen lukumäärä

_____ / 23

Tunnilla

- ☐ Kuuntelen kurssiohjeet tarkasti.
- ☐ Merkitsen koeviikon, kurssin koepäivän ja tehtävien palautuspäivän kalenteriini.
- ☐ Huolehdin, että palautan kurssiin kuuluvat projektityöt ja muut tehtävät ajallaan.
- ☐ Keskityn oppitunnin aiheeseen.
- ☐ Osallistun aktiivisesti.
- ☐ Teen muistiinpanoja.
- ☐ Merkitsen hankalat tai tärkeät kohdat.
- ☐ Teen tehtävät huolellisesti.
- ☐ Merkitsen tärkeät harjoitukset ja kotitehtävät muistiin.
- ☐ Teen kysymyksiä epäselvistä ja minua kiinnostavista asioista.

Oppitunnin jälkeen

- ☐ Kertaan tunnin jälkeen asioita tekemällä muistiinpanoja, lukemalla, keskustelemalla tai harjoittelemalla käytännön tilanteita ja sovelluksia.
- ☐ Teen oppikirjaan alleviivauksia ja reunamerkintöjä.
- ☐ Keskityn, kun teen kotitehtäviä.
- ☐ Hankin tarvittavan lisämateriaalin ja aloitan saman tien siihen tutustumisen.
- ☐ Mietin, kirjoitan ja harjoittelen oppimaani tai teen miellekartan.
- ☐ Hankin aiheesta lisätietoja internetistä, kirjoista jne.
- ☐ Teen tai keksin lisäharjoituksia aiheesta.
- ☐ Teen kurssiin kuuluvat palautettavat työt hyvissä ajoin.

2. Kirjoita, mitä mietit koeviikon lähestyessä. Millaisia ajatuksia ja tuntemuksia nousee ensimmäisenä mieleesi? Mikä on hallussa? Mikä pelottaa? Miten olet valmistautunut jakson aikana? Mistä saat energiaa opiskeluusi? Mitä haluaisit kysyä? Muuta, mitä?

Koeviikko

Useimmissa lukioissa jakso päättyy koeviikkoon. Joissakin lukioissa kokeet taas järjestetään hajautetusti jakson aikana. Kokeisiin valmistautumisen ajankäyttöä kannattaa suunnitella. On hyvä tietää etukäteen, mitä asioita kokeeseen sisältyy, milloin kurssikokeet pidetään, onko koeviikolla kokeiden lisäksi opetusta tai kertaustunteja sekä milloin kokeet palautetaan.

Koeviikon lähestyessä tehosta opiskeluun käyttämäsi aika

- Selvitä kokeiden päivämäärät.
- Varaa itsellesi riittävästi aikaa valmistautua kokeisiin.
- Suunnittele koekohtainen lukuaikataulu, jotta vältyt viime hetken paniikilta.
- Hyvän suunnittelun avulla saavutat parempia tuloksia.
- Huomioi ajankäytön suunnittelussa muut menosi: harrastukset, vapaa-aika ja läksyt.
- Hyödynnä sinulle tehokkain opiskeluaika.
- Kertaa ja opiskele opiskelijakavereidesi kanssa. Se tehostaa oppimistasi ja tuo vaihtelua.
- Käytä koeviikkoa edeltävät viikonloput opiskeluun ja kertaamiseen.
- Laadi aikataulu ja lukusuunnitelma: mitä ja milloin luet sekä milloin kertaat.
- Pidä aikataulustasi ja suunnitelmastasi kiinni.

Vinkkejä kokeeseen

- Lue kysymykset huolella läpi ja kysy kokeen valvojalta epäselviä kohtia.
- Aloita vastaaminen helpoimmasta tehtävästä.
- Luonnostele vastauksesi suttupaperille esimerkiksi ranskalaisin viivoin tai miellekarttana.
- Varmista, että vastaat esitettyyn kysymykseen.
- Perustele asiat faktatiedoilla.
- Jäsentele vastauksesi ymmärrettäväksi.
- Omat sovellukset nostavat vastauksen arvoa.
- Vastaamisen jälkeen tarkista, että vastaus on ymmärrettävä.
- Aikaa on rajoitetusti. Tarkkaile ajankäyttöäsi.
- Koetehtävät kannattaa käydä kokeen jälkeen läpi opiskelukavereiden kanssa, sillä heiltä voi saada uusia näkökulmia ja vihjeitä siitä, miten kannattaa menetellä seuraavissa kokeissa.
- Virheistäkin voi oppia: kuuntele ja lue tarkkaan opettajan antama koepalaute.
- Säästä kurssikokeet, aineet sekä muistiinpanot. Voit palata niihin ylioppilaskokeisiin lukiessasi.

Koeviikon huoneentaulu

- Varaa riittävästi aikaa kokeisiin valmistautumiseen.
- Tee lukusuunnitelma.
- Merkitse kokeiden alkamisajankohdat ja paikat muistiin.
- Selvitä, mitä muuta yhteistä ohjelmaa tai opetusta koeviikolla on.
- Huolehdi kursseihin kuuluvista muista palautettavista töistä.
- Selvitä, milloin ja missä kokeiden palautus tapahtuu.
- Ole tietoinen, miten kurssit arvioidaan.
- Kysy aineenopettajalta, mikäli kurssimateriaalissa on sinulle epäselviä asioita.
- Kysy opettajalta, jos kokeisiin liittyvissä järjestelyissä tai arviointiin liittyvissä asioissa on jotain epäselvää.
- Huolehdi, että olet kokeessa oikeassa paikassa oikeaan aikaan.
- Selvitä, miten hyväksyttyä arvosanaa voi korottaa.
- Selvitä, miten ja milloin hylätyn kurssikokeen voi uusia.
- Ehdi virkistäytyä: harrastaa, tavata ystäviä ja ulkoilla riittävästi.
- Huolehdi riittävästä yöunesta.
- Tee parhaasi!

OMAN OPPIMISEN ARVIOINTI

Mitä lukio-opinnot vaativat?

3 pistettä = sopii hyvin
2 pistettä = sopii melko hyvin
1 piste = sopii jotenkuten
0 pistettä = ei sovi

Yhteensä
_____ pistettä

1. Moni asia muuttuu, kun siirtyy peruskoulusta lukioon. Oppilaasta tulee opiskelija. Työmäärä kasvaa, ja useista asioista pitää huolehtia itse. Arvioi asteikolla 3–0, miten väittämät sopivat sinulle.

- ☐ Lukio-opetus on tiivistä, teoreettista ja peruskouluopiskelua nopeatempoisempaa.
- ☐ Lukio-opiskelussa tarvitaan lukuhaluja ja itsekuria.
- ☐ Lukiolaisen pitää hallita omaa ajankäyttöään sekä laatia välitavoitteita ja aikatauluja.
- ☐ Lukiolainen tekee itse lukujärjestyksensä kurssitarjottimen ja kurssivalintaohjeiden avulla.
- ☐ Opetusryhmät vaihtelevat eri oppitunneilla.
- ☐ Lukioon tulee opiskelijoita monista kouluista, ja siellä voi tutustua uusiin ihmisiin. Lukiossa on myös erilaisia opettajia ja opetustyylejä.
- ☐ Lukio on vapaaehtoinen koulu, mutta oppitunnit ovat pakollisia.
- ☐ Poissaolot pitää selvittää. Kurssi voidaan hylätä poissaolojen ja puuttuvien näyttöjen takia.
- ☐ Lukio vaatii aikaa. Läksymäärä on melko iso ja kokeisiin opiskellaan usein kokonainen kirja.
- ☐ Lukiolainen vastaa itse omasta työskentelystään. Monet tehtävät vaativat pitkäjänteisyyttä.
- ☐ Läksyt pitää tehdä heti, koska silloin asiat jäävät paremmin mieleen.
- ☐ Seuraavalle oppitunnille kannattaa valmistautua tutustumalla oppikirjan seuraavaan kappaleeseen.
- ☐ Oppikirjat ja muut opiskelutarvikkeet maksavat. Ne pitää hankkia ennen kurssin alkua.
- ☐ Lukio-opiskelu valmentaa ensisijaisesti korkeakouluopintoihin.
- ☐ Korkeakoulujen pääsyvaatimuksia on hyvä selvittää ajoissa, jotta osaa valita itselleen tärkeitä lukiokursseja.
- ☐ Lukiossa on tehtävä töitä alusta asti, jotta opinnot sujuisivat hyvin.

2. Pohdi, oletko valmis lukio-opintoihin.

Jos sait 25 pistettä tai enemmän, kirjoita,
mitkä asenteet ja taidot sinulla on jo hyvin hallinnassa.

Jos sait alle 25 pistettä, mieti, mitä toimintatapoja,
asenteita ja taitoja sinun täytyy vielä kehittää.

Ajanhallinta

1. Listaa viisi asiaa, joihin käytät aikaasi yhden vuorokauden aikana.
Arvioi tai laske tarkkaan, kuinka monta tuntia käytät niihin aikaa vuorokaudessa.

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

2. **a)** Piirrä ensimmäiseen lohkoon ympyrä. Jaa ympyrä viiteen osaan niin, että asia, johon käytät eniten aikaasi, saa isoimman tilan ja vähiten aikaa vievä asia pienimmän tilan. Nimeä ajanviejät.

b) Pohdi, käytätkö aikaasi niin kuin haluaisit ja onko ajankäyttösi tasapainossa. Pitääkö sinun tehdä muutoksia ajankäyttöösi, jotta voit parantaa arjenhallintaasi? Piirrä uusi ympyrä toiseen lohkoon ja muuta osioiden keskinäistä kokoa haluamiesi tavoitteiden mukaisesti. Pyri näihin tavoitteisiin ja saavuta ajankäyttösi tasapaino.

Ajankäytön tasapaino

8 t hyvää lepoa
8 t hyvää opiskelua
8 t hyvää vapaa-aikaa

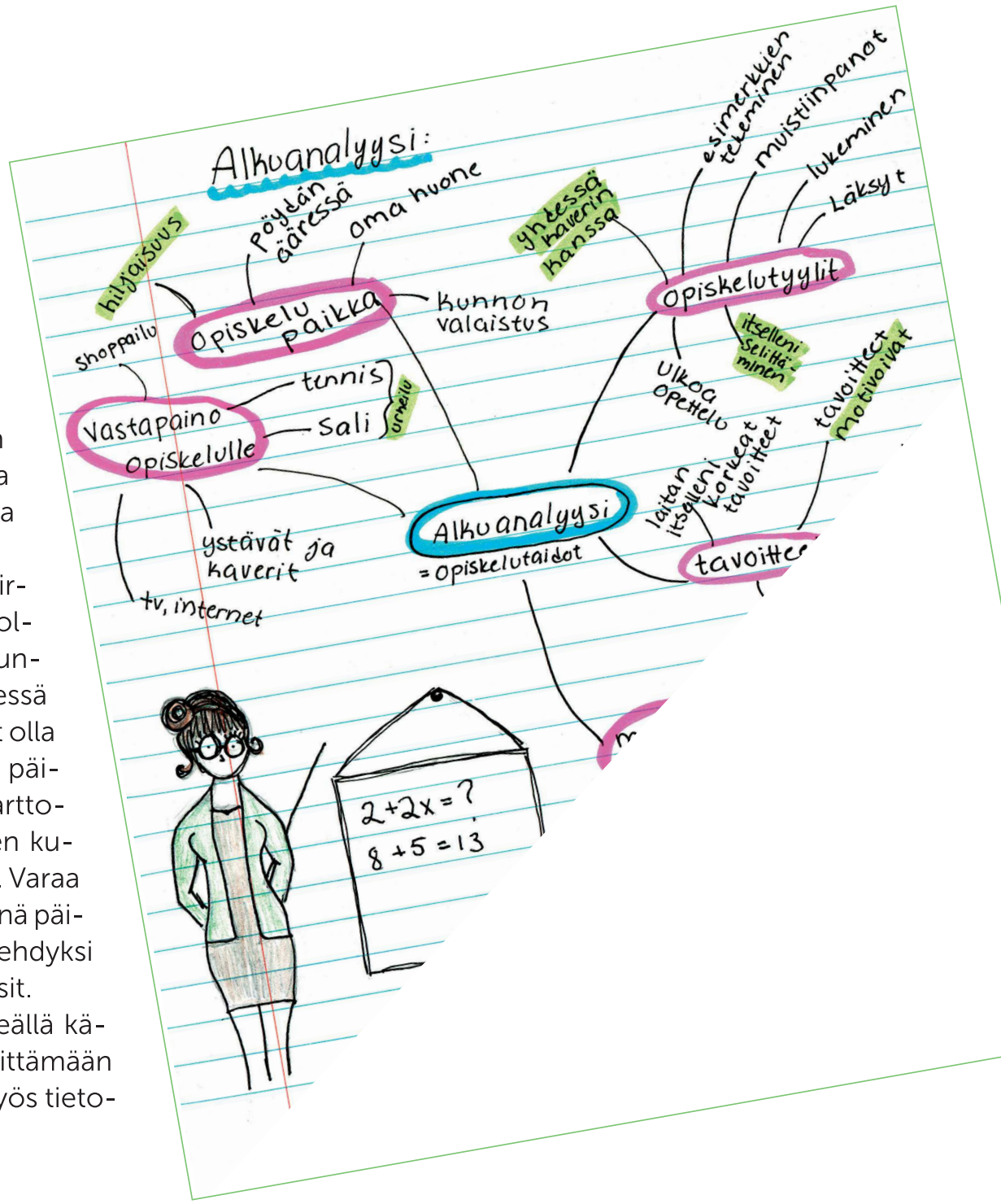
Tasapainossa on hyvän elämän salaisuus.

Oppimis-päiväkirjan kirjoittaminen

Oppimispäiväkirjan kirjoittaminen on oman opiskelun seuraamista ja arviointia. Sen avulla voi harjoitella oppimaan oppimisen taitoja.

Harjoittele oppimispäiväkirjan kirjoittamista viikon mittaisella jaksolla (esimerkiksi maanantaista sunnuntaihin). Tärkeää päiväkirjan pitämisessä on säännöllisyys. Kirjoitukset voivat olla pitkiä tai lyhyitä, ja tekstin ohella päiväkirjaan voi laatia myös miellekarttoja ja piirroksia. Aikaa kirjoittamiseen kuluu noin 10–15 minuuttia päivittäin. Varaa kuitenkin ensimmäisenä ja viimeisenä päivänä enemmän aikaa, jotta saat tehdyksi perusteelliset alku- ja loppuanalyysit.

Kirjoita oppimispäiväkirjasi selkeällä käsialalla. Käytä värejä ja kuvia elävöittämään ajatuksiasi. Voit pitää päiväkirjaa myös tietokoneella.

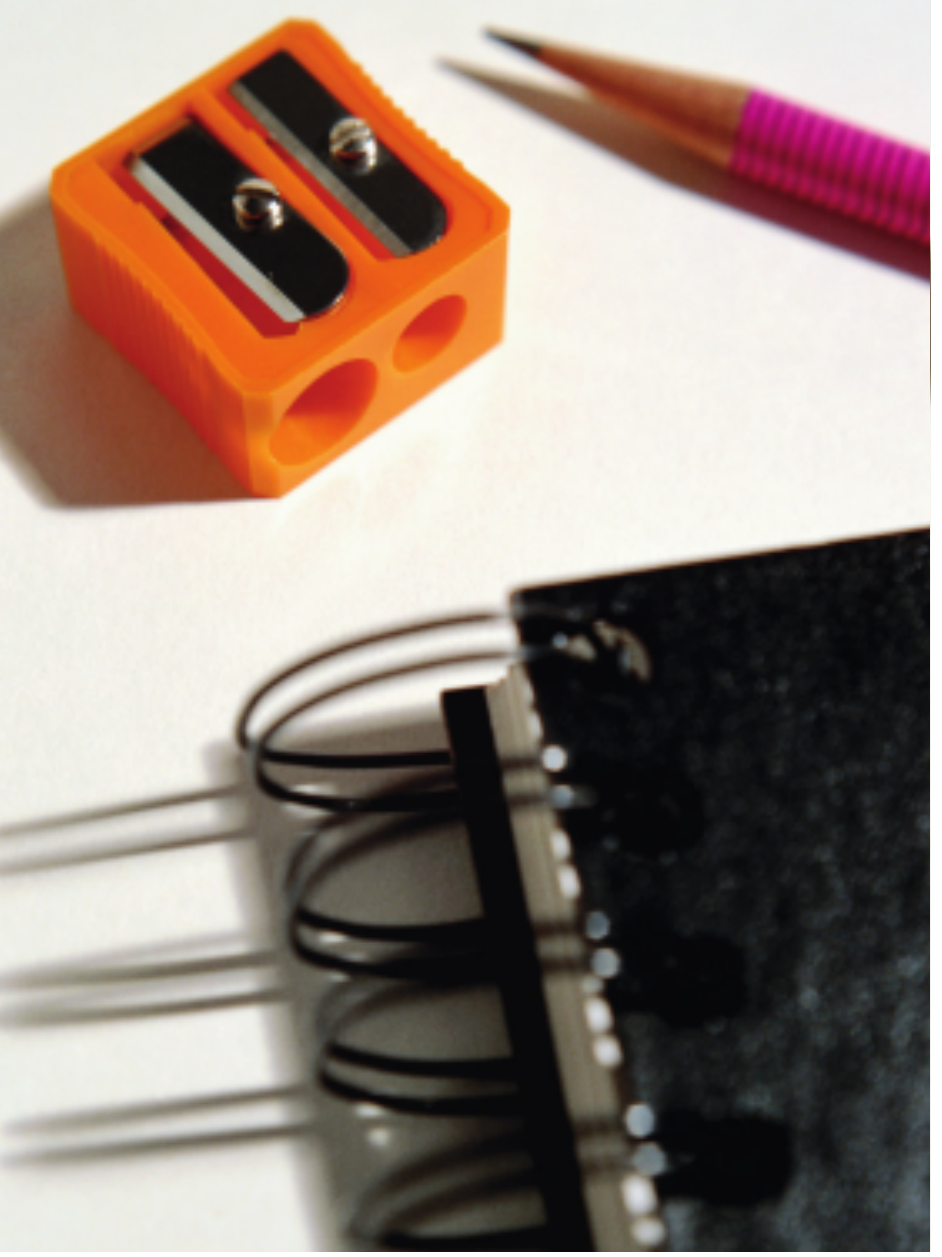


Oppimispäiväkirja

Alkuanalyysi

Tee ensin analyysi nykyisistä opiskelutottumuksistasi. Käytä esimerkiksi miellekarttamuotoa ja otsikoi: Opiskelutottumukseni ja -tapani tällä hetkellä.

- Miten opiskelet?
  Millaisia opiskelutapoja sinulla on?
- Opetteletko asioita ulkoa?
- Mietitkö lukiessasi, mitä mieltä itse olet asiasta?
- Löydätkö yhteyksiä aiempiin tietoihisi, kokemuksiin ja muihin asioihin?
- Saavutatko tavoitteesi eli opitko tehokkaasti käyttämilläsi opiskelutavoilla?
- Tulisiko sinun pyrkiä muuttamaan opiskelutapojasi? Miksi ja millaiseen suuntaan?
- Milloin opiskelet? Missä opiskelet?
  Onko sinulla oma huone tai tila, jonka voit tarvittaessa rauhoittaa muulta perheeltäsi?
- Onko huoneessasi sopiva työpöytä, valaistus ja opiskeluvälineet?



Päivittäin

Kirjoita viikon jokaisena päivänä läksyjenluvun yhteydessä arviointia ja pohdiskelua opiskelustasi. Pohdi tunnilla oppimaasi ja läksyjen luvun jälkeen mieleen jäänyttä.

- Merkitse joka päivän kohdalle päiväys ja opiskeluusi käytetty aika.
- Mitä opiskelutapoja käytit eri oppiaineiden opiskelussa? (Alleviivasit, numeroit kappaleet, teit miellekartan, tiivistelmiä ja muistiinpanoja ranskalaisin viivoin, laskit laskutehtäviä, laadit sanalistoja ja opettelit niitä, laadit kertaavat kysymykset, pidit tauon eri oppiaineiden välissä ja niin edelleen.)
- Pohdi, miten kokeilemasi opiskelutavat toimivat kohdallasi.
- Mitä opit tänään lukemastasi/kuulemastasi?
- Mikä asia jäi epäselväksi? Missä asiassa tarvitset vielä opettajan tukea ja ohjausta?

Muuta

- Löytyikö innostavia aiheita, joihin voisit perehtyä vielä tarkemmin?
- Mitä opiskelemastasi aiheesta on kirjoitettu viime aikoina lehdissä?
- Aiotko hankkia opettajan tai ystävän suosittelemaa kirjallisuutta aiheeseen liittyen?
- Käytä omia ideoitasi ja ajatuksiasi.
- Etsi ja käytä hyviä aiheeseen liittyviä sitaatteja tai mietelauseita.

Loppuanalyysi

Tee loppuanalyysi päiväkirjaasi viikon viimeisenä päivänä.

- Millaisia huomioita teit viikon aikana opiskelustasi?
- Nukuitko ja ulkoilitko riittävästi?
- Haittasivatko työ ja harrastukset opiskeluasi vai oliko niistä hyötyä?
- Muutitko opiskelutottumuksiasi? Jos muutit, niin miten?
- Miten opiskelutavan muutokset tulevat näkymään oppimisessasi?
- Jos et muuttanut opiskelutapojasi viikon aikana, niin näetkö tarpeelliseksi jatkossa muuttaa niitä? Jos aiot tehdä muutoksia, kerro mitä.

Palaute

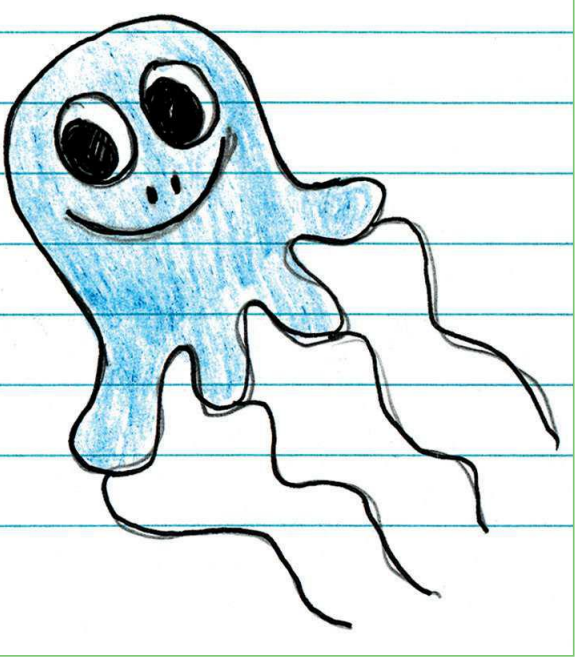
Kirjoittaminen on jo sinänsä hyödyllistä. Suositeltavaa on, että annat oppimispäiväkirjasi luettavaksi esimerkiksi tutorillesi, opiskelukaverillesi, vanhemmallesi tai opinto-ohjaajallesi. Myös aiheesta keskusteleminen ryhmässä on antoisaa.

Ks. Opiskelijan esimerkki
oppimispäiväkirjasta s. 35 ja 37

Opiskelijan esimerkki oppimispäiväkirjasta

Loppuanalyysi!

Päiväkirjaa oli kiva tehdä! Siitä oli myös jonkun verran hyötyä, eteenkin kun tein uusia oppimismenetelmiä. Mielestäni oli ihan hyvä "kelata" päivän tapahtumat mielessään ja saada yhtenäinen kokonais kuva, miten jaksan / hoidan läksyni. Alkuanalyysin muutos toivcet eivät mitenkään erityisesti onnistuneet, mutta voihan tästä eteenpäinkin yrittää parantaa!
En muuttanut opiskelu tyyliäni. Yritin vain enemmän keksiä uusia opiskelu tapoja.
Nukun mielestäni hiukan liian vähän sillä illalla jotenkin tulee vain keksittyä helposti tekemistä, olen yrittänyt parantaa, mutta tulos on ihan päivä kohtaista.



Opintojen tilannearviointi

Muutaman jakson jälkeen on hyvä tehdä opintojen tilannearvio ja pohtia, mitkä tekijät auttavat opinnoista edistymistä ja mitkä mahdollisesti heikentävät tavoitteisiin pääsemistä.

1. Tavoitteeni

a) lukio-opinnoissa

b) tulevaisuudessa

2. Kirjoita sektoreihin kuvausta omasta tilanteestasi opinnoissasi.

b) Oppiaineet, jotka sujuvat (lyhenne ja arvosana)

c) Onnistumisen kokemukset

a) Motivaationi tällä hetkellä

d) Oppimisvaikeudet/ epäonnistumiset
– Missä aineissa?
– Mistä saat apua?
– Onko lukivaikeus testattu?

g) Henkilökohtainen elämäntilanne

e) Hylättyjä arvosanoja
– Mitkä kurssit?
– Mistä apua?
– Mitä aiot tehdä tilanteen eteen?

f) Vapaa-aika / harrastukset / työ
– Ajankäyttö: onko tasapainossa? Onko ongelmia? (Jos, niin millaisia?)

3. Kehystä punaisella ne sektorit, jotka eivät tue opintojesi edistymistä tällä hetkellä tai ovat huolenaiheitasi. Etsi tilanteeseen apua keskustelemalla asiasta lukiossasi työskentelevän asiantuntijan kanssa.

4. Korosta vihreällä ne sektorit, joista saat energiaa ja voimaa lukio-opintoihisi.

Päiväys _____ / _____ 20_____

Lukiolainen ja lukihäiriö

Lukihäiriö eli lukemisen ja kirjoittamisen vaikeus voi ilmetä lukemisen hitautena ja sujumattomuutena tai oikeinkirjoitusvirheinä. Heikko tekninen lukutaito vaikeuttaa luetun ymmärtämistä. Lukihäiriö voi johtua monesta eri syystä. Se on myös perinnöllistä.

Lukihäiriöisen on usein mahdoton huomata omia virheitään. Lukihäiriön tunnistaminen on aina huojennus, kun käy ilmi, että oppimisvaikeudessa onkin kyse lukemisen ja kirjoittamisen vaikeudesta eikä ymmärtämättömyydestä tai laiskuudesta. Mitä aiemmin lukihäiriö tunnistetaan, sitä paremmat mahdollisuudet on muuttaa opiskelutapoja oppimisen parantamiseksi.

1. **Tee suuntaa antava ”pikatesti” lukivaikeuden tunnistamiseksi. Merkitse rasti jokaiseen kohtaan, johon vastaat kyllä.**

- ☐ Lukuläksyjen ja -aineistojen ymmärtäminen vaatii minulta aikaa ja ponnisteluja.
- ☐ Tekstin seuraaminen ja uuden tekstirivin löytäminen on minulle vaikeaa.
- ☐ Minun on vaikeaa muistaa lukemani tekstin sisältöä ja vieraskielisiä sanoja.
- ☐ Käsialaani on vaikea lukea.
- ☐ Tekstissäni on paljon oikeinkirjoitusvirheitä.
- ☐ Kirjoittamistani sanoista puuttuu usein kirjaimia tai niitä on liikaa.
- ☐ Minulla on vaikeuksia pitkän ja lyhyen vokaalin erottamisessa ja kirjoittamisessa (esimerkiksi a tai aa) ja kaksoiskonsonanteissa (esimerkiksi tt tai ss).
- ☐ Numeroiden paikat vaihtuvat minulla helposti numerosarjoissa. (Kirjoitan tai ymmärrän esimerkiksi luvun 95 luvuksi 59.)
- ☐ Minulla on vaikeuksia matematiikan sanallisissa tehtävissä.
- ☐ Minusta on vaikeaa laskea päässä ilman paperia tai sormien apua.
- ☐ Minusta on vaikeaa muistaa sujuvasti esimerkiksi nimiä tai kuukausia.
- ☐ Minusta on vaikeaa täyttää papereita ja lomakkeita. Minulla jää niihin helposti virheitä.
- ☐ Sekoitan helposti kuukaudet ja kellonajat. (Tulen esimerkiksi tapaamisiin väärään aikaan.)
- ☐ Oikea ja vasen tai itä ja länsi menevät minulla helposti sekaisin.
- ☐ Minusta on vaikeaa lukea karttaa tai löytää perille uudessa paikassa.

Yhteensä ____/ 15 rastia.
Jos panit rastin yli puoleen näistä kysymyksistä, sinulla on vahvat syyt epäillä lukivaikeutta. Ota yhteys erityisopettajaan. Hän ohjaa sinua asiassa eteenpäin ja tekee sinulle tarkemman lukitestin.

LUKIO-OPINTOJEN SUUNNITTELU

Lukio-opinnot käyntiin

Lukion tuntijako määrittää lukiossa opiskeltavat aineet. Lukio-opinnot koostuvat pakollisista, syventävistä ja soveltavista kursseista.

Lukiolaisen tekemät ainevalinnat vaikuttavat siihen, millaiseksi hänen työjärjestyksensä muotoutuu. Jo ennen opintojen aloittamista opiskelija pohtii lukioaikaisia opintojaan, esimerkiksi kielivalintoja.

Ensimmäisenä lukiovuonna on pääasiassa pakollisia kursseja ja muutamia syventäviä tai soveltavia kursseja. Opiskelija voi vaikuttaa kurssivalintoihinsa, kunhan ottaa niitä tehdessään huomioon sekä yleiset että oman oppilaitoksensa ohjeet.

Joissakin oppiaineissa, kuten kielissä ja matematiikassa, on paljon pakollisia kursseja. Näissä aineissa onkin tärkeää edetä järjestelmällisesti, jotta lukio-opinnot edistyisivät ja opiskelija valmistuisi ajallaan.

Opiskelija voi saada lukion päättötodistuksen, kun hän on suorittanut vähintään 75 kurssia. Tavallisimmin lukio-opinnot tehdään kolmessa vuodessa.

Lukio-opinnot tehdään kolmessa vuodessa ja kurssit jakautuvat keskimäärin seuraavasti:

1. vuosi 30 kurssia
2. vuosi 30 kurssia
3. vuosi 15 kurssia.

Yhteensä lukiossa on suoritettava vähintään 75 kurssia.

Lukiossa opiskellaan pakollisia, syventäviä ja lukiokohtaisia kursseja:

Pakollisia kursseja		**Syventäviä kursseja**		**Lukiokohtaisia kursseja**		**Lukion oppimäärä**
47*–51** (48*–52** A-ruotsin lukijoilla)	+	vähintään 10	+	oman valinnan mukaan	=	(vähintään 75 kurssia)

*lyhyen matematiikan opiskelija
** pitkän matematiikan opiskelija

Lukion tuntijako

Nuorille annettavan lukiokoulutuksen tuntijako

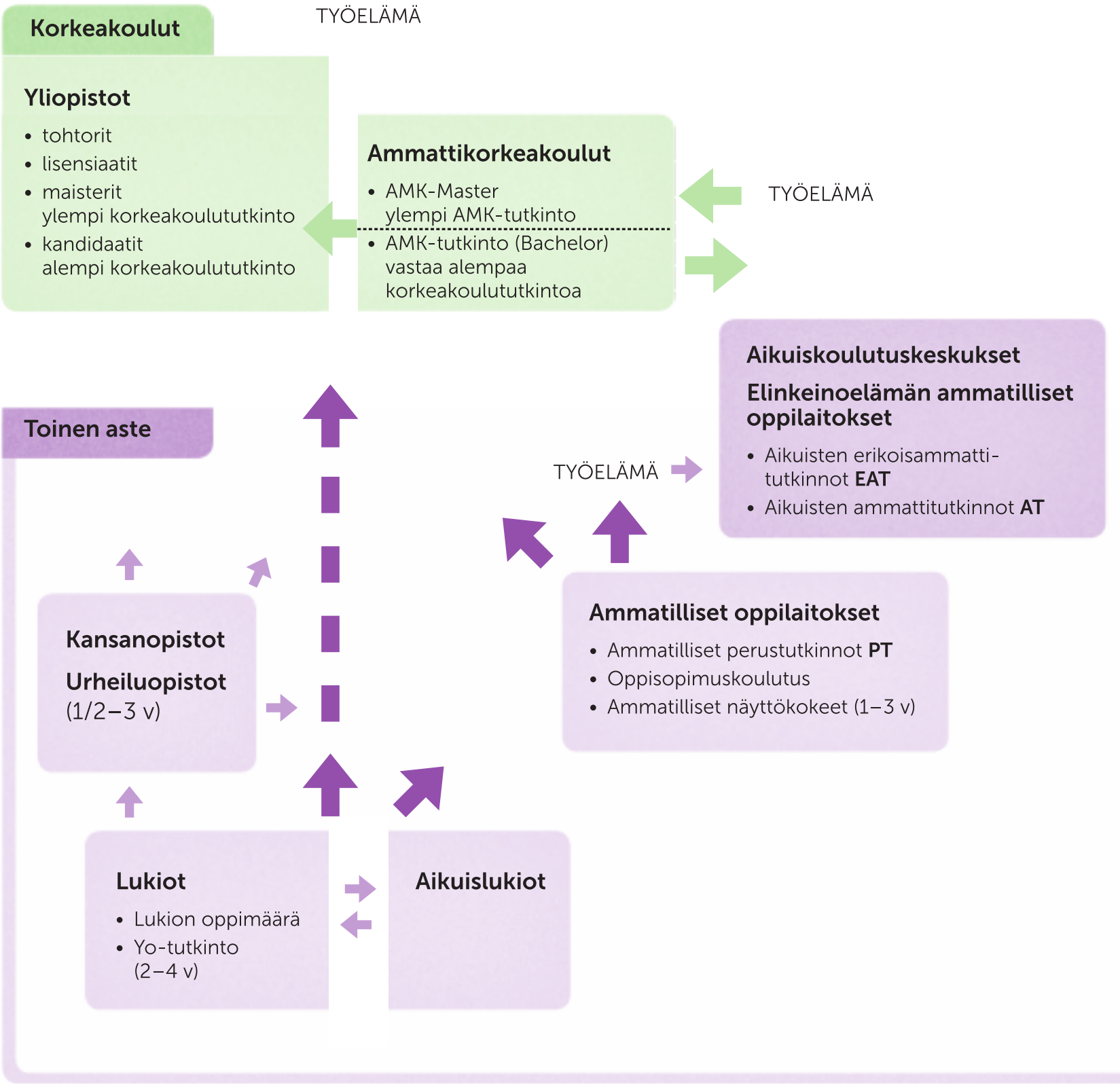
Oppiaine	Pakolliset kurssit	Syventävinä opintoina tarjottavien valtakunnallisten kurssien määrä
Äidinkieli ja kirjallisuus	6	3
A-kieli	6	2
B-kieli	5	2
Muut kielet		8+8
Matematiikka		
Yhteinen opintokokonaisuus	1	
lyhyt	5	2
pitkä	9	3
Ympäristö ja luonnontieteet		
Biologia	2	3
Maantiede	1	3
Fysiikka	1	6
Kemia	1	4
Humanistis-yhteiskunnalliset aineet		
Filosofia	2	2
Psykologia	1	4
Historia	3	3
Yhteiskuntaoppi	3	1
Uskonto/elämänkatsomustieto	2	4
Terveystieto	1	2
Taito- ja taideaineet	5	
Liikunta	2	3
Musiikki	1–2	2
Kuvataide	1–2	2
Opinto-ohjaus	2	
Teemaopinnot		3
Pakolliset kurssit	47–51	
Syventävät kurssit vähintään	10	
Kurssit yhteensä vähintään	75	

Jatko-opinnot ja lukion ainevalinnat

”Ysiluokalla sain idean siitä, että haluan isona lääkäriksi. Lääkärin työ vaikuttaa kiinnostavalta ja lääkärinä voisin auttaa ihmisiä. Olen aina pitänyt biologiasta, joten otan pakollisten kurssien lisäksi kaikki biologian tarjolla olevat kurssit. Kun sain tietää, että biologian lisäksi lääketieteen valintakokeissa ja opinnoissa tarvitaan tiedot kemian ja fysiikan lukiokursseista, päätin opiskella niitäkin ja myös kirjoittaa ne ylioppilaskirjoituksissa. Lisäksi olen kiinnostunut kovasti psykologiasta: siitä on varmasti hyötyä lääkärin työssä.”

”Tulin lukioon saadakseni lisäaikaa ammatinvalintaan. Ensimmäisenä lukiovuotena olen opiskellut pääasiassa pakollisia kursseja, ja nyt on aika miettiä, mitä reaaliaineita haluaisin opiskella enemmän kuin pelkät pakolliset kurssit. En vielä tiedä, mitä tulevaisuudessa haluan tehdä... Välillä luulen löytäneeni kiinnostavan alan, mutta sitten kiinnostuksen kohde taas muuttuu. En ehkä hae yliopistoon vaan ehkä ammattikorkeakoulu on enemmän minun juttuni... Toisaalta tuntuu siltä, että siitäkin asiasta voisin hankkia vielä lisää tietoa. Toivottavasti löydän oman alani pian.”

Lukiopohjainen koulutus Suomessa



Jatko-opintoihin

Taulukossa on ryhmitelty erilaisia opiskelumahdollisuuksia koulutusalojen ja -tasojen avulla. Pystysuunnassa voit tutkia yliopistojen, ammattikorkeakoulujen ja ammatillisen koulutuksen opiskeluvaihtoehtoja. Vaakasuunnassa voit kartoittaa eri alojen koulutusvaihtoehtoja edellä mainituilla koulutustasoilla.

1. **Tutki opiskelumahdollisuuksia. Alleviivaa ne tutkinnot ja ammatit, jotka kiinnostavat sinua. Hae lisätietoa sinua kiinnostavista koulutuksista Opintopolku-palvelusta.**

Ala	Yliopisto	Ammattikorkeakoulu (AMK)	Ammatillinen koulutus
Humanistinen ja kasvatusala	• Kasvatustieteen maisteri (KM) kasvatustiede, kasvatuspsykologia, aikuiskasvatustiede, erityispedagogiikka – luokanopettaja – erityisopettaja – opinto-ohjaaja – kotitalousopettaja – käsityönopettaja → koulutussuunnittelija, kouluttaja, uraohjaaja, sivistystoimen johtaja, tutkija, koulutuksen suunnittelun, hallinnon, johtamisen, tutkimuksen, arviointi- ja asiantuntijatehtävät • Kasvatustieteen kandidaatti (KK) – lastentarhanopettaja • Filosofian maisteri (FM), esim. filosofia, historia, suomen kieli, vieraat kielet, kulttuurintutkimus, viestintätieteet, logopedia → tutkimus, opetus, hallinto, liike-elämä, tiedotus	• Tulkki (viittomakieli ja tulkkaus, asioimistulkkaus) • Yhteisöpedagogi	• Kasvatus- ja ohjausalan perustutkinto: nuoriso- ja yhteisöohjaus, kommunikaatio ja viittomakielisen ohjaus, varhaiskasvatus ja perhetoiminta
Kulttuuriala	• Kuvataiteen maisteri (KuM) – kuvataiteilija • Musiikin maisteri (MuM) – muusikko – orkesterin-/ kuoronjohtaja – sovittaja-säveltäjä – pedagogi – opettaja – lehtori – ohjaaja – kanttori – solisti • Taiteen maisteri (TaM) – graafinen suunnittelija – kuvittaja – mainosgraafikko – pakkaussuunnittelija – kuvataiteen opettaja – lavastaja – pukusuunnittelija – sisustus-/huonekalusuunnittelija – taiteilija – teollinen suunnittelija – teollinen muotoilija – vaatetus-/pukusuunnittelija	• Medianomi • Tanssinopettaja • Teatteri-ilmaisun ohjaaja • Konservaattori • Kulttuurituottaja • Kuvataiteilija • Artenomi (restaurointi, muotoilu) • Muotoilija • Musiikkipedagogi • Muusikko • Vestonomi	• Musiikkialan perustutkinto: musiikki, musiikki-teknologia, pianonviritys • Sirkusalan perustutkinto • Taideteollisuuden perustutkinto: jalometalliala, kello- ja mikromekaniikka, metalliseppä, käsityön ohjaustoiminta, puusepänala. restaurointiala, sisustus- ja verhoiluala, soitinrakennus, tuotteen valmistus • Tanssialan perustutkinto

Ala	Yliopisto	Ammattikorkeakoulu (AMK)	Ammatillinen koulutus
	• Tanssitaiteen maisteri (TansM) – tanssitaiteilija • Teatteritaiteen maisteri (TeM) – näyttelijä – teatteriohjaaja – valo- ja äänisuunnittelija – näytelmäkirjailija – dramaturgi – käsikirjoittaja		
Luonnontieteiden ala, Luonnonvara- ja ympäristöala	• Kauppatieteiden maisteri (KTM) – tietojärjestelmätiede • Diplomi-insinööri (DI) • Tietotekniikka • Filosofian maisteri (FM) – tietotekniikka • Elintarviketieteiden maisteri (ETM) esim. mikrobiologia, elintarviketeknologia, elintarvikekemia, ravitsemustiede • Maatalous- ja metsätieteiden maisteri (MMM) – esim. kotieläintiede, markkinointi, kuluttajaekonomia, maaperä- ja ympäristötiede → esimerkiksi neuvonta-, koulutus-, suunnittelu-, tutkimus-, hallinto-, johto- ja asiantuntijatehtävät • Filosofian maisteri (FM) – useita suuntautumisvaihtoehtoja, kuten biokemia, matematiikka, fysiikka, meteorologia, biofysiikka, geologia, kemia, maantiede, biologia → tutkimus, tuotekehitys, tuotanto, asiantuntijatehtävät, opetus, hallinto • Eläinlääketieteen lisensiaatti (ELL) – eläinlääkäri	• Tradenomi (tietojenkäsittely) • Iktyonomi • Ympäristösuunnittelija • Agrologi (maaseutuelinkeinot, hevostalous) • Hortonomi • Metsätalousinsinööri	• Hevostalouden perustutkinto • Kalatalouden perustutkinto • Luonto- ja ympäristöalan perustutkinto: luontoala, porotalous, ympäristöala • Maatalousalan perustutkinto: eläintenhoito, maatalous-teknologia, maatilatalous, turkistalous • Metsäalan perustutkinto: metsäenergian tuotanto, metsäkoneasennus, metsä-koneenkuljetus, metsätalous • Puutarha-alan perustutkinto: kukka- ja puutarhakauppa, puutarhatuotanto, viherala
Matkailu, ravitsemis- ja talousala	• Yhteiskuntatieteiden maisteri (YTM) – matkailututkimus • Elintarviketieteiden maisteri (ETM) esim. ravitsemustiede	• Restonomi esim. matkailu- ja palveluliiketoiminta, matkailu, hotelli- ja ravintola-ala, liikkeenjohto, matkailu, palvelujen tuottaminen ja johtaminen	• Matkailualan perustutkinto: majoituspalvelu, matkailu-palvelujen myynti ja tieto-palvelu, matkailupalvelu • Ravintola- ja catering-alan perustutkinto: asiakaspalvelu, ruokapalvelu
Sosiaali- ja terveysala **Liikunta-ala** **Kauneuden-hoitoala**	• Farmaseutti • Proviisori • Hammaslääketieteen lisensiaatti (HLL) – hammaslääkäri • Lääketieteen lisensiaatti (LL): – lääkäri • Psykologian maisteri (PsM): – psykologi • Terveystieteiden maisteri (TtM) – osastonhoitaja – ylihoitaja – ravitsemusterapeutti → terveydenhuoltoalan johto-, suunnittelu, hallinto-, tutkimus-, kehittämis- ja koulutustehtävät • Yhteiskunta- / Valtiotieteiden maisteri (YTM, VTM): – sosiaalityöntekijä (sosiaalityö) • Liikuntatieteiden maisteri (LitM) esim. liikuntapedagogiikka (liikunnanopettaja), liikuntabiologia, liikunnan yhteiskuntatieteet → asiantuntija-, johto-, koulutus-, kehitys-, valmennus- yms. tehtävät	• Apuvälineteknikko • Bioanalyytikko • Ensihoitaja • Fysioterapeutti • Hammasteknikko • Kätilö • Sairaanhoitaja • Terveydenhoitaja • Jalkaterapeutti • Kuntoutuksen ohjaaja • Naprapaatti • Optometristi • Osteopaatti • Röntgenhoitaja • Sosionomi • Suuhygienisti • Toimintaterapeutti • Geronomi • Estenomi • Liikunnanohjaaja	• Sosiaali- ja terveysalan perustutkinto: asiakaspalvelu ja tietohallinta, ensihoito, jalkojenhoito, kuntoutus, lasten ja nuorten hoito ja kasvatus, mielenterveys- ja päihdetyö, sairaanhoito ja huolenpito, suun tereydenhoito, vammaistyö, vanhustyö • Lääkealan perustutkinto: apteekkiala, lääkeala • Välinehuoltoalan peustutkinto • Hammastekniikan perustutkinto • Liikunnanohjauksen perustutkinto • Hius- ja kauneudenhoitoalan perustutkinto: hiusten hoito ja muotoilu, ihon hoito, kauneudenhoito ja tuoteneuvonta, parran muotoilu

Ala	Yliopisto	Ammattikorkeakoulu (AMK)	Ammatillinen koulutus
Tekniikka ja liikenne	• Arkkitehti • Maisema-arkkitehti • Diplomi-insinööri (DI) → esim. automaatiotekniikka, biotekniikka, energiatekniikka, kemiantekniikka, konetekniikka, rakennustekniikka, tuotantotalous, ympäristötekniikka, matemaattisten aineiden opettajankoulutus	• Insinööri (energiatekniikka, ajoneuvotekniikka, logistiikka, maanmittaustekniikka, bio- ja kemiantekniikka, materiaalitekniikka, prosessitekniikka, rakennustekniikka/LVI-tekniikka, talotekniikka, automaatiotekniikka, sähkötekniikka, tieto- ja viestintätekniikka, tuotantotalous, merenkulku) • Laboratorioanalyytikko • Rakennusmestari (talotekniikka tai rakennustekniikka) • Rakennusarkkitehti • Merikapteeni	• Autoalan perustustkinto • Elintarvikealan perustutkinto • Kaivosalan perustutkinto • Kone- ja tuotantotekniikan perustutkinto • Laboratorioalan perustutkinto • Lentokoneasennuksen perustutkinto • Logistiikan perustutkinto • Maanmittausalan perustutkinto • Media-alan perustutkinto • Merenkulkualan perustutkinto • Pintakäsittelyalan perustutkinto • Prosessiteolllisuuden perustutkinto • Puhtaus- ja kiinteistöpalvelujen perustutkinto • Puuteollisuuden perustutkinto • Rakennusalan perustutkinto • Sähkö- ja automaatioalan perustutkinto • Talotekniikan perustutkinto • Teknisen suunnittelun perustutkinto • Tekstiili- ja muotialan perustutkinto • Tieto- ja tietoliikennetekniikan perustutkinto • Veneenrakennusalan perustutkinto *
Yhteiskuntatieteiden, liiketalouden ja hallinnon ala	• Kauppatieteiden maisteri (KTM) Esim. johtaminen, kansainvälinen liiketoiminta, laskentatoimi, rahoitus, markkinointi, vakuutus, riskienhallinta, viestintä, yritysjuridiikka • Oikeustieteen maisteri (OTM) • Oikeusnotaari (ON) → oikeuslaitoksen, hallinnon ja elinkeinoelämän tehtävät • Hallintotieteiden maisteri (HTM) • Valtiotieteiden maisteri (VTM) • Yhteiskuntatieteiden maisteri (YTM) Esim. valtio-oppi, yhteiskuntapolitiikka, tiedotusoppi, kunnallistalous, viestintä, julkisoikeus, poliittinen historia	• Tradenomi (liiketalous, finanssi- ja talousasiantuntija, myyntityö, myyntityö ja visuaalinen markkinointi, liiketoiminnan logistiikka, johdon assistenttityö ja kielet, tietojenkäsittely, kirjasto- ja tietopalveluala, turvallisuusala)	• Liiketoiminnan perustutkinto • Tieto- ja viestintätekniikan perustutkinto: käytön tuki, ohjelmistotuotanto
Turvallisuusala	• Sotatieteiden maisteri (SM) → maanpuolustuksen, turvallisuuspolitiikan sekä ihmisten johtamisen ammattilaisia	• Insinööri – palo ja pelastusala • Tradenomi – turvallisuusala • Poliisi • Sosionomi – rikosseuraamus	• Turvallisuusalan perustutkinto
Teologinen ala	• Teologian maisteri (TM) – uskonnon opettaja – pappi – kirkkojen ja yhteiskunnan teologiset tehtävät	• Sairaanhoitaja-diakonissa • Sosionomi-diakoni • Sosionomi-kirkon nuorisotyönohjaaja • Sosionomi-kirkon varhaiskasvatuksen ohjaaja • Yhteisöpedagogi – kirkon nuorisotyö	

*Kaikki ammatilliset tutkinnot löydät verkosta haulla ”ammatilliset tutkinnot 1.1.2019 alkaen”

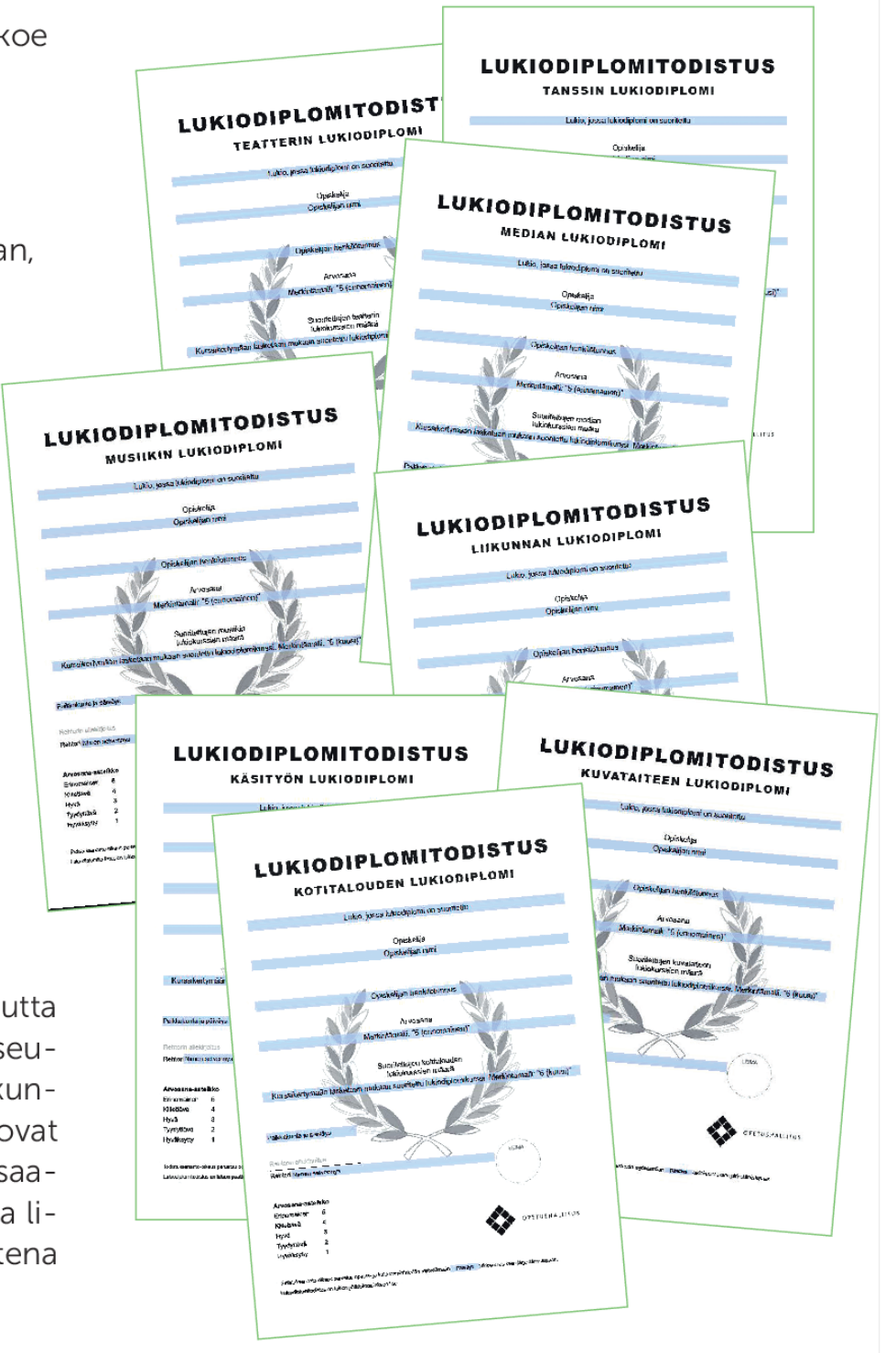
Lähtöpisteet yo-tutkinnosta ja lukion päättötodistuksesta

Ylioppilastutkinnon arvosanoista saat tärkeitä lähtöpisteitä, kun pyrit jatko-opintoihin. Yliopistoihin ja ammattikorkeakouluihin pyrittäessä lähtöpisteitä saa yleensä hakukohteesta riippuen 3–6 ylioppilastutkinnon kokeesta.

- **Ylioppilastutkintotodistuksesta huomioidaan** äidinkielen koe tai suomi toisena kielenä -koe.
- Pisteitä voi saada kielten kokeista, toisesta kotimaisesta kielestä sekä matematiikasta tai reaalikokeesta tai -kokeista.
- Joissakin tapauksissa esimerkiksi reaalikoe ja matematiikka ovat vaihtoehtoisia siten, että vain parempi niistä otetaan huomioon.
- Lähtöpisteet voivat vaihdella myös sen mukaan, oletko suorittanut aineen laajan, keskipitkän vai lyhyen tason kokeen (2. kotimainen kieli, vieras kieli ja matematiikka).
- Joihinkin koulutuksiin voit saada alkupisteitä päättötodistuksen arvosanoista.

Valintaperusteet

Kun tiedät, mistä alasta ja koulutuksesta olet kiinnostunut, kannattaa tutustua valintaperusteisiin ja opetussuunnitelmaan. Tarkista, mistä aineista ja arvosanoista on hyötyä alalle pyrittäessä sekä alan opinnoissa. Valintaperusteisiin voi tulla muutoksia lukio-opintojesi aikana, joten on hyvä tarkistaa kriteerit vuosittain.



Lukiodiplomi

Taito- ja taideaineissa ei järjestetä yo-kokeita mutta niissä on mahdollista suorittaa lukiodiplomeja seuraavilta aloilta: kotitalous, kuvataide, käsityö, liikunta, media, musiikki, tanssi ja teatteri. Diplomit ovat tunnustus erityisestä harrastuneisuudesta ja osaamisesta, ja niistä saa joillekin aloille haettaessa lisäpisteitä. Suurin hyöty saattaa näkyä varmuutena taito- ja taidealojen valintakokeissa.

Hyödyllistä jatko-opinnoissa ja työelämässä

Taulukoissa on esimerkkejä kielten, matematiikan ja reaaliaineiden merkityksestä jatko-opinnoissa ja työelämässä.

1. Rengasta taulukoista sinua kiinnostavat oppiaineet.

2. Alleviivaa sinua kiinnostavat alat ja niitä tukevat oppiaineet.

Hyödyllistä jatko-opinnoissa tai työelämässä

Äidinkieli (tai suomi toisena kielenä)
– kaikilla aloilla
Toinen kotimainen kieli
– palvelualoilla
– muissa asiakaspalvelutehtävissä
– kuntien ja valtion työtehtävissä
– tilastotieteissä
– monilla muilla aloilla
– jatko-opinnoissa
Vieraat kielet
– jatko-opinnoissa kaikilla aloilla
– kansainvälisissä tehtävissä
– palvelualoilla
– muissa asiakaspalvelutehtävissä
– johtamis- ja asiantuntijatehtävissä
– kaupan alalla
– monilla muilla aloilla
Matematiikka
– teknisillä aloilla
– luonnontieteissä
– tietojenkäsittelyalalla
– kauppa- ja tilastotieteissä
– lääketieteessä
– sairaanhoitoalalla
– monilla muilla aloilla
Biologia
– lääketieteisiin, terveydenhoitoalalle ja farmasiaan
– biologiaan ja biologiaa soveltaviin tieteisiin
– liikunta- ja terveystieteisiin
– maa-, metsä- ja ympäristötieteisiin
– geologiaan
– meteorologiaan

Historia
– humanistiselle alalle
– yhteiskuntatieteisiin
– kauppa- ja taloustieteisiin
– oikeustieteisiin
– viestintäalalle
– maanpuolustus- ja sotilasalalle
Psykologia
– käyttäytymistieteisiin
– opetus- ja ohjausalalle
– sosiaalialalle
– kauppa- ja talousalalle
– lääketieteisiin
– oikeustieteisiin sekä poliisi- ja sotilasalalle
– teologiselle alalle
Yhteiskuntaoppi
– kauppa- ja taloustieteisiin
– oikeustieteisiin
– yhteiskunta- ja valtiotieteisiin
– humanistiselle alalle
– lääketieteisiin ja terveydenhoitoalalle
– tekniselle alalle
– liikunnan yhteiskuntatieteisiin
Filosofia
– humanistiselle alalle
– oikeustieteisiin
– teologiselle alalle
– yhteiskuntatieteisiin
– käyttäytymistieteisiin

Kemia
– farmasiaan
– insinööriopintoihin
– lääketieteisiin ja terveydenhoito-opintoihin
– kemiaan ja kemiaa soveltaviin tieteisiin
– muihin luonnontieteisiin
– maa- ja metsätieteisiin
– liikunta- ja terveystieteisiin
Terveystieto
– liikunta- ja terveystieteisiin
– lääketieteisiin
– opetus- ja kasvatusalalle
Fysiikka
– insinööriopintoihin
– biotekniikkaan ja -teknologiaan
– fysikaalisiin tieteisiin
– lääketieteisiin ja farmasiaan
– maa-, metsä- ja ympäristötieteisiin
– kemiaan ja biologiaan
– muihin luonnontieteisiin
Maantiede
– maantieteeseen
– meteorologiaan
– avaruuden tutkimiseen
– kauppa- ja taloustieteisiin
– oikeustieteisiin
– matkailualalle
Uskonto ja elämänkatsomustieto
– teologiselle alalle ja uskontotieteisiin
– moniin humanistisiin aineisiin
– oikeustieteisiin
– yhteiskuntatieteisiin

3. Hahmottele tähän alustavaa opinto- ja urasuunnitelmaasi.

Lukion kurssivalinnat

Lukion kurssimäärä on vähintään 75 kurssia, joista 10 pitää olla syventäviä kursseja. Yo-aineiden pakollisten kurssien täytyy olla suoritettuna ennen yo-koetta ja suositeltavaa on, että olet opiskellut myös aineen syventävät kurssit ja abikurssin.

1. Täydennä lukion kurssivalintasi viereisen sivun taulukkoon lyijykynällä.

a) Ensimmäisen vuoden kurssivalinnat

- Merkitse ensimmäisen vuoden kurssivalintasi taulukon ruutuihin ympyröillä. Varmista, että valintasi ovat oman lukiosi ohjeiden mukaiset.
- Laske ensimmäiselle vuodelle valitsemiesi kurssien määrä (suositus noin 30).
- Merkitse ympyrään kurssiarvosanasi kurssin suoritettuasi.

b) Toisen ja kolmannen opintovuoden kurssivalinnat

- Täydennä taulukkoa myöhemmin opintojesi aikana, kun teet toisen ja kolmannen vuoden kurssivalintoja ja kun saat uusia kurssisuorituksia.

c) Merkitse taulukkoon lukioaineiden päättötodistuksen tavoitearvosanasi.

pakollinen kurssi
valtakunnallinen syventävä kurssi
lukiokohtainen syventävä tai soveltava kurssi

Lukion kurssivalinnat

Yo-kokeet	Oppiaine (pakolliset ja syventävät kurssit)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	Päättötodistuksen tavoitearvosana
yo	Äidinkieli ja kirjallisuus 6+3																	
yo	Suomi toisena kielenä (S2)																	
yo	2. kotimainen kieli A 6+2 tai																	
yo	2. kotimainen kieli B 5+2																	
yo	A-kieli 6+2																	
yo	A-kieli																	
yo	A-kieli																	
yo	B2/B3-kieli																	
yo	B2/B3-kieli																	
yo	B2/B3-kieli																	
yo	Matematiikka B (1+5)+2																	
yo	Matematiikka A (1+9)+3																	
yo/r*	Biologia 2+3																	
yo/r**	Maantiede 1+3																	
yo/r*	Fysiikka 1+6																	
yo/r**	Kemia 1+4																	
yo/r*	Filosofia 2+2																	
yo/r*	Psykologia 1+4																	
yo/r*	Historia 3+3																	
yo/r**	Yhteiskuntaoppi 3+1																	
yo/r**	Uskonto ___ / ET 2+4																	
yo/r**	Terveystieto 1+2																	
	Liikunta 2+3																	
	Musiikki*** 1–2+2																	
	Kuvataide*** 1–2+2																	
	Opinto-ohjaus 2																	
	Teemaopinnot																	
	Muut soveltavat kurssit																	

1. vuoden kurssivalinnat yht. _____ (suositus noin 30)
2. vuoden kurssivalinnat yht. _____ (suositus noin 30)
3. vuoden kurssivalinnat yht. _____ (suositus noin 15)

1. vuotena suoritetut kurssit yht. _____
2. vuoden jälkeen suoritetut kurssit yht. _____ (suositus noin 60)
3. vuoden jälkeen suoritetut kurssit yht. _____ (suoritettu vähintään 75 kurssia)

Opiskelijan on opiskeltava vähintään yhtä A-kieltä oppimäärän tavoitteiden mukaisesti.
yo = aineessa järjestetään ylioppilaskoe
yo/r = aineessa järjestetään ylioppilaskoe / reaaliaineen koe
*Samana koepäivänä (bg. fi, hi, fy, ps) ja **samana koepäivänä (ue, uo, et, yh, ke, ge, te). Voit osallistua yhtenä päivänä vain yhden reaaliaineen yo-kokeeseen. ***Ainakin toinen (MU2/KU2) suoritettava.

Lukion kurssivalinnat toiselle ja kolmannelle vuodelle

Toisen vuoden kurssivalinnat

- Tärkeä pohjatyö abivuoden opinnoille tehdään toisena opintovuotena.
- Kun valitset kursseja, pyri siihen, että toisen vuoden jälkeen kurssimääräsi on noin 60.

Valitse toiselle vuodelle

- loput pakolliset kurssit lukiosi suositusten mukaisesti
- valtakunnallisia syventäviä kursseja (lukiosi suositusten mukaisesti) aineissa, jotka aiot kirjoittaa ylioppilastutkinnossa
- kiinnostavia syventäviä ja soveltavia kursseja.

- Taito- ja taideaineiden kurssit tuovat vastapainoa opintoihin ja ovat tärkeitä myös taidealojen jatko-opinnoissa.
- Pohdi kurssivalintojasi jatko-opintokiinnostuksesi perusteella.
- Muista mahdollisuus lukiodiplomien suorittamiseen.

Kolmannen vuoden kurssivalinnat

Valitse kolmannelle vuodelle

- ylioppilastutkintoosi kuuluvien aineiden puuttuvat pakolliset kurssit, jotka pitää opiskella ennen yo-koetta
- muut puuttuvat pakolliset kurssit
- valtakunnalliset syventävät kurssit ylioppilaskokeiden aineissa
- koulun tarjoamat kurssit kirjoitettavissa aineissa (abi-kurssit)
- lisäarvoa tuovat soveltavat kurssit kiinnostuksesi mukaan, urasuunnitelmasi huomioon ottaen ja omien mieltymystesi mukaan.

Tarkista vielä, että

- kurssiesi kokonaismäärä on vähintään 75
- olet suorittanut vähintään 10 valtakunnallista syventävää kurssia.

Lukiokurssit ja ylioppilaskirjoitukset – mitä on hyvä tietää?

- Yo-kokeiden tehtävät laaditaan pakollisten ja valtakunnallisten syventävien kurssien perusteella.
- Oppiaineen yo-kokeeseen osallistuminen on mahdollista aikaisintaan, kun olet opiskellut kyseisen aineen pakolliset kurssit. Lisäksi on suositeltavaa suorittaa aineen syventävät kurssit ja abikurssit.
- Huolehdi, ettet aloita ylioppilastutkintoon osallistumista liian varhaisessa vaiheessa.
- Kun aloitat yo-tutkinnon, sinun täytyy pystyä osallistumaan kaikkiin pakollisiin yo-kokeisiin viimeistään vuoden kuluttua ensimmäisestä yo-kokeestasi. Voit hajauttaa tutkintosi enintään kolmelle perättäiselle kerralle.
- Ota selvää, mistä aineista on hyötyä jatko-opinnoissasi.

Valtaosa lukiolaisista valmistuu ylioppilaaksi kolmessa vuodessa. Useimmat opiskelijat osallistuvat yo-kokeisiin kolmannen vuoden syksyllä. Tällöin ylioppilaskirjoitukset sijoittuvat samaan aikaan syksyn kurssien kanssa. Osa kesälomasta kannattaakin käyttää ylioppilaskokeisiin valmistautumiseen, jottei syksystä tulisi liian rankka.

Suorita kaikki lukiokurssit ennen abivuoden kevään yo-kokeita, kolmannen jakson aikana. Neljännessä jaksossa on lukuloma ja silloin keskityt yo-kokeisiin lukemiseen.

Mikäli kurssien suorittamisaikataulu on tiukka, tarkista omasta oppilaitoksestasi, mihin päivämäärään asti kursseja voi suorittaa.

Päättövaiheen kurssitarkastus ja päättötodistus

1. Täydennä seuraavan sivun taulukko.

a) Merkitse taulukkoon suorittamiesi kurssien kohdalle kurssiarvosana tai -merkintä.

b) Merkitse ympyrä niiden kurssien ruutujen kohdalle, joita olet parhaillaan suorittamassa tai jotka olet valinnut tuleviin jaksoihin.

c) Laske ja merkitse kurssimäärät.

Suoritetut kurssit: _____ kurssia

Suoritteilla olevat ja valitut kurssit: _____ kurssia

Yhteensä: _____ kurssia

Mikäli kurssimääräsi jää alle 75:n, valitse lisää kursseja. Huomioi, että oppimäärääsi vaadittavat pakolliset kurssit tulevat suoritetuiksi.

Syventävät kurssit

yhteensä _____ kurssia

Syventäviä kursseja tulee suorittaa vähintään 10.

Väritä punaisella oppiaine, jossa sinulla on liikaa hylättyjä, arvosanalla neljä suoritettuja, kursseja. Suunnittele, mitkä hylätyt kurssit aiot suorittaa uudelleen. Ympyröi punaisella kurssi, jonka aiot vielä uusia tai suorittaa uudestaan.

Merkitse taulukkoon päättötodistukseesi tulossa olevat arvosanat ja laske keskiarvo. Mikäli anot oppiaineesta suoritusmerkintää, merkitse S (lisätietoa oppikirjan s. 56, päättöarviointi).

pakollinen kurssi
syventävä kurssi
lukiokohtainen syventävä tai soveltava kurssi

Päättövaiheen kurssitarkastus

Yo-kokeet	Oppiaine (pakolliset ja syventävät kurssit)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	Lukion päättö-todistuksen arvosana
yo	Äidinkieli ja kirjallisuus 6+3																	
yo	Suomi toisena kielenä (S2)																	
yo	2. kotimainen kieli A 6+2 tai																	
yo	2. kotimainen kieli B 5+2																	
yo	A-kieli 6+2																	
yo	A-kieli																	
yo	A-kieli																	
yo	B2/B3-kieli																	
yo	B2/B3-kieli																	
yo	B2/B3-kieli																	
yo	Matematiikka B (1+5)+2																	
yo	Matematiikka A (1+9)+3																	
yo/r*	Biologia 2+3																	
yo/r**	Maantiede 1+3																	
yo/r*	Fysiikka 1+6																	
yo/r**	Kemia 1+4																	
yo/r*	Filosofia 2+2																	
yo/r*	Psykologia 1+4																	
yo/r*	Historia 3+3																	
yo/r**	Yhteiskuntaoppi 3+1																	
yo/r**	Uskonto ___ / ET 2+4																	
yo/r**	Terveystieto 1+2																	
	Liikunta 2+3																	
	Musiikki*** 1–2+2																	
	Kuvataide*** 1–2+2																	
	Opinto-ohjaus 2																	
	Teemaopinnot																	
	Muut soveltavat kurssit																	
																		keskiarvo

Opiskelijan on opiskeltava vähintään yhtä A-kieltä oppimäärän tavoitteiden mukaisesti.
yo = aineessa järjestetään ylioppilaskoe
yo/r = aineessa järjestetään ylioppilaskoe/reaaliaineen koe
* Samana koepäivänä (bg. fi, hi, fy, ps) ja ** samana koepäivänä (ue, uo, et, yh, ke, ge, te). Voit osallistua yhtenä päivänä vain yhden reaaliaineen yo-kokeeseen.*** Ainakin toinen (MU2/KU2) suoritettava.

Opintosuunnitelma

Alla olevan suunnitelmapohjan avulla voit suunnitella
lukioaikaiset kurssisi sekä yo-tutkinnon aikataulun ja hajauttamisen.

1. vuosi	2. vuosi	3. vuosi	4. vuosi
1. jakso	1. jakso	1. jakso	1. jakso
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5
6	6	6	6
7	7	7	7
8	8	8	8
2. jakso	2. jakso	2. jakso	2. jakso
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5
6	6	6	6
7	7	7	7
8	8	8	8
3. jakso	3. jakso	3. jakso	3. jakso
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5
6	6	6	6
7	7	7	7
8	8	8	8
4. jakso	4. jakso	4. jakso	4. jakso
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5
6	6	6	6
7	7	7	7
8	8	8	8
5. jakso	5. jakso	5. jakso	
1	1	1	
2	2	2	
3	3	3	
4	4	4	
5	5	5	
6	6	6	
7	7	7	
8	8	8	
Kursseja yhteensä:	Kursseja yhteensä:	Kursseja yhteensä:	Kursseja yhteensä: / 75

yo-kokeet

yo-kokeet

yo-kokeet

yo-kokeet

Kurssimäärä lukion lopussa _____

- Mikäli opintosi pidentyvät erityisistä syistä yli kolmen vuoden, tee opintosuunnitelmasi sen mukaisesti.
- Muista:
  Voit hajauttaa yo-tutkintosi enintään kolmelle peräkkäiselle kerralle!

Päättöarviointi

- Opiskelijan kurssisuoritus arvioidaan kurssin päätyttyä.
- Jokainen pakollinen ja valtakunnallinen syventävä kurssi vaikuttaa aineen päättötodistuksen arvosanaan.
- Oppiaineen oppimäärän arvosana määräytyy pakollisten ja syventävien kurssien arvosanojen keskiarvona.
- Opiskelijan arvosanaa voidaan korottaa oppilaitoksen syventäviltä ja soveltavilta kursseilta saaduilla lisänäytöillä, erillisessä kuulustelussa kuten suullisissa kokeissa tai ”abitenteissä”. Tämä edellyttää, että opiskelija pystyy osoittamaan suurempaa oppiaineen hallintaa kuin nykyinen arvosana edellyttäisi.
- Suoritettuja kursseja ei voida jälkikäteen poistaa.

Pakollisista ja valtakunnallisista syventävistä kursseista saa olla hylättyjä kurssiarvosanoja enintään seuraavan taulukon mukaisesti:

Suoritettuja kursseja	Hylättyjä kursseja (arvosana 4)
1–2	0
3–5	1
6–8	2
9–	3

Numeroarvosanalla arvioidaan kaikki pakollisten oppiaineiden oppimäärät sekä valinnaiset vieraat kielet. Opinto-ohjauksesta annetaan suoritusmerkintä. Poikkeuksen muodostavat seuraavat päättötodistuksessa numeroin arvioitavat oppiaineet, joihin opiskelija voi pyytää numeron sijaan suoritusmerkinnän (S):

- liikunta
- oppiaineet, joissa opiskelija on suorittanut vain yhden kurssin
- valinnainen vieras kieli, mikäli opiskelija on suorittanut siinä enintään kaksi kurssia.

Onnistujan tarina

Jokaisella ihmisellä on onnistumisen kokemuksia opiskelussa tai harrastuksissa ja muutamat niistä ovat erityisen tärkeitä. Tavoitteet ja kipinä lukio-opinnoissa, urasuunnittelussa sekä pääsykokeisiin valmistautumisessa vievät kohti onnistumisia.

Kerro onnistujan tarinasi

1. Mitkä ovat sinun tärkeimmät onnistumisen kokemuksesi?

- **a)** Miksi ne ovat tärkeimmät?
- **b)** Mitkä asiat saivat onnistumisen aikaan?
- **c)** Mitä vahvuuksiasi tarvitsit onnistumiseen?
- **d)** Mitä opit itsestäsi ja mitä hyötyä onnistumisen kokemuksista on ollut sinulle?

2. Missä asiassa tai tekemisessä haluat seuraavaksi onnistua?

- **a)** Mitä tavoittelemasi onnistuminen sinulle merkitsi?
- **b)** Mikä tekee sinusta jälleen onnistujan?
- **c)** Mitä konkreettisia tekoja teet onnistumisen eteen?
- **d)** Millaisia voimasanoja ja tsemppausta sanot itsellesi?

YLIOPPILASTUTKINNON SUUNNITTELU

Ydintietoa ylioppilastutkinnosta

1. Lue kortit numerojärjestyksessä.

2. Tee alustava suunnitelma ylioppilastutkinnostasi.

a) Kirjaa ylös pakolliset ja ylimääräiset aineet, jotka aiot kirjoittaa.

b) Suunnittele alla olevaan kuvioon, milloin aiot osallistua eri aineiden yo-kokeisiin.

Pakolliset aineeni:

1.

2.

3.

4.

Ylimääräiset aineeni:

2. opintovuosi

syksy

kevät

3. opintovuosi

syksy

kevät

4. opintovuosi
tarvittaessa (opintojen pidentäjille, tutkintojen täydentäjille)

syksy

Muista, että voit hajauttaa tutkinnon tekemisen enintään kolmelle peräkkäiselle kerralle.

1. Mikä yo-tutkinto on?

Yo-tutkinto on valtakunnallinen päättötutkinto. Tutkinnon hyväksytty suorittaminen edellyttää osallistumista koko tutkintoon eikä vain erillisiin kokeisiin. Pakollisten kokeiden määrä on neljä.

2. Milloin yo-kokeet järjestetään ja mitkä ovat tutkintokielet?

Yo-kokeet järjestetään kaksi kertaa vuodessa, keväällä ja syksyllä, yhtä aikaa kaikissa lukiokoulutusta järjestävissä oppilaitoksissa lautakunnan määrääminä päivinä. Tutkintokielet ovat suomi ja ruotsi. Koko tutkinto on suoritettava samalla kielellä.

3. Millä edellytyksellä saa osallistumisoikeuden yo-tutkinnon kokeisiin?

Yo-tutkintoon on oikeus osallistua, kun tutkintoaineesta on opiskeltu vähintään pakolliset kurssit.

4. Mihin kursseihin ylioppilastutkinnon kokeet pohjautuvat?

Ylioppilastutkinnon kokeet laaditaan kussakin tutkintoaineessa pakollisten ja syventävien kurssien oppimäärän perusteella.
Sen tähden ei kannata osallistua mihinkään yo-tutkinnon kokeeseen pelkästään pakollisten kurssien pohjalta.

5. Milloin tutkinnon suorittaminen katsotaan aloitetuksi?

Tutkinnon suorittaminen katsotaan aloitetuksi siitä, kun kokelas on ilmoittautunut ensimmäisen kerran johonkin yo-tutkinnon kokeeseen. Ilmoittautuminen on sitova.

6. Monelleko tutkinto-kerralle yo-tutkinnon voi hajauttaa?

Yo-tutkinnon voi hajauttaa enintään kolmelle peräkkäiselle tutkintokerralle esimerkiksi syksy-kevät-syksy. Tutkinnon voi toki suorittaa myös yhdellä tai kahdella tutkintokerralla. Mikäli kokelas ei pysty osallistumaan johonkin pakolliseen yo-kokeeseen määräajassa (esimerkiksi puuttuvien pakollisten kurssien vuoksi), hänen täytyy uusia koko tutkinto.

7. Montako reaaliaineen koetta voi suorittaa yhtenä tutkintokertana ja montako yhteensä?

Yhtenä tutkintokertana on kaksi reaaliaineen koepäivää. Kumpanakin koepäivänä voi suorittaa yhden reaaliaineen kokeen.

Jos tutkinto hajautetaan kolmelle tutkintokerralle, voi siinä ajassa suorittaa kuusi eri reaaliaineen koetta. Lisäksi tutkintoa voi täydentää reaaliaineen kokeilla, joihin ei ole aiemmin osallistunut.

8. Miten reaaliaineiden kokeet jakautuvat koepäivälle?

Samana koepäivänä:
- psykologia
- filosofia
- historia
- fysiikka
- biologia

Samana koepäivänä
- evankelis-luterilainen uskonto
- ortodoksinen uskonto
- elämänkatsomustieto
- yhteiskuntaoppi
- kemia
- maantiede
- terveystieto

9. Milloin ja millä edellytyksellä kokelas saa ylioppilaslakin ja ylioppilastutkinto-todistuksen?

Kokelas saa ylioppilaslakin ja ylioppilastutkintotodistuksen, kun ylioppilastutkinto on valmis (kokelas on suorittanut neljä pakollista koetta) ja lukion päättötodistukseen vaadittavat kurssit on suoritettu. Ylioppilasjuhla järjestetään keväisin ja syksyisin.

10. Mitkä ovat ylioppilas-tutkinnon arvosanat?

Laudatur (L) = 7 pistettä
Eximia cum laude approbatur (E) = 6 pistettä
Magna cum laude approbatur (M) = 5 pistettä
Cum laude approbatur (C) = 4 pistettä
Lubenter approbatur (B) = 3 pistettä
Approbatur (A) = 2 pistettä
Improbatur (I) = 0 pistettä

11. Moneenko ylimääräiseen kokeeseen voi osallistua?

Pakollisten yo-kokeiden lisäksi voi osallistua yhteen tai useampaan ylimääräiseen kokeeseen.

12. Voiko valittua kokeen pakollisuutta tai ylimääräisyyttä muuttaa tutkinnon kuluessa?

Valinnat ovat sitovia. Kokeen pakollisuutta tai ylimääräisyyttä ei voi muuttaa.

13. Mitkä aineet on kirjoitettava pakollisena yo-tutkinnossa?

– Aina pakollinen koe: äidinkieli tai suomi toisena kielenä
– Muut pakolliset kokeet, joista valitaan kolme: toinen kotimainen kieli (taso A tai B), vieras kieli (taso A tai C*), reaaliaineen koe, matematiikka (taso A tai B)

Tutkinnon pakolliseen osaan voi sisällyttää vain yhden vieraan kielen ja yhden reaaliaineen kokeen.

*) c-tason koe järjestetään B2- ja B3-kielissä.

14. Ylimääräiset kokeet oman valinnan ja harkinnan mukaan:

– muut reaaliaineet
– muut vieraat kielet
– matematiikka
– toinen kotimainen kieli

15. Maksaako yo-tutkinnon suorittaminen?

Ylioppilaskokeet ovat maksullisia. Jokaisesta osallistumiskerrasta maksetaan perusmaksu ja lisäksi koekohtaiset maksut.

16. Montako kertaa ja missä ajassa hyväksytyn yo-kokeen voi uusia?

Hyväksytyn yo-kokeen voi uusia kerran ilman aikarajaa. Jos kokelas uusii kokeen ennen tutkintonsa valmistumista, merkitään ylioppilastutkintotodistukseen paras arvosana.

17. Mikä on hylätty koe?

Hylätyn kokeen arvosana on improbatur: hylätyksi katsotaan myös koe, johon kokelas on ilmoittautunut, mutta jäänyt saapumatta siihen ilman erityisen painavaa syytä, tai koe, jota hän ei ole jättänyt arvosteltavaksi tai koe, johon on kohdistunut vilppi.

18. Montako kertaa ja missä ajassa hylätyn pakollisen yo-kokeen voi uusia?

Hylätyn pakollisen yo-kokeen voi uusia kaksi kertaa välittömästi hylättyä koetta seuraavina kolmena tutkintokertana. Jos hylätty koe oli A-tason koe, kokelas voi uusia sen B- tai C-tasoisena edellyttäen, että tutkintoon kuuluu vielä jokin toinen A-tason koe pakollisena. Jos kokelas ei suorita hylättyä koetta hyväksytysti määräajassa, hänen on uusittava koko tutkinto.

19. Montako kertaa ja missä ajassa hylätyn ylimääräisen yo-kokeen voi uusia?

Hylätyn ylimääräisen kokeen saa uusia kaksi kertaa ilman aikarajaa, mutta kokeen tasoa ei voi vaihtaa. Ylimääräisen kokeen reputtaminen ei aiheuta ongelmia, koska se ei estä ylioppilaaksi valmistumista. Hylätyn ylimääräisen kokeen arvosanaa ei merkitä yo-todistukseen.

20. Entä jos kokelas ei saa ylioppilastutkintoaan läpi eikä valmistu ylioppilaaksi?

Jos kokelas ei saa ylioppilas-tutkintoaan läpi, saa hän kuitenkin lukion päättötodistuksen suoritettuaan lukion oppimäärän. Vaikka kokelas ei valmistu ylioppilaaksi, hän voi hakea ammatilliseen koulutukseen, ammattikorkeakouluun, avoimeen ammattikorkeakouluun tai avoimeen yliopistoon.

21. Mitä tarkoittaa kompensaatio?

Kompensaatio tarkoittaa sitä, että kokelas voi päästä ylioppilaaksi, vaikka olisikin reputtanut jossakin pakollisessa kokeessa. Ylimääräisen kokeen reputtaminen ei aiheuta ongelmia.

Kompensointi tapahtuu seuraavasti. Hylätyt suoritukset jaetaan neljään luokkaan: i+, i, i-, i=. (Mikäli kokelaan suoritus on hylätty jossakin kokeessa useamman kerran, otetaan hänen paras improbatur-arvosanansa huomioon kompensaatiota laskettaessa.)

Hyväksytyistä kokeista annetaan kompensaatiopisteitä arvosanan perusteella (L = 7, E = 6, M = 5, C 4, B = 3, A = 2). Saadut kompensaatiopisteet lasketaan yhteen, jolloin 12 pistettä kompensoi i+:n, 14 pistettä i:n, 16 pistettä i-:n ja 18 pistettä i=:n. Kompensoidun kokeen voi uusia kaksi kertaa ilman aikarajaa.

22. Milloin ja millä kokeilla yo-tutkintoa voi täydentää?

Yo-tutkintoa voi täydentää kokeilla, joihin ei ole aiemmin osallistuttu sen jälkeen, kun yo-tutkinto on hyväksytysti suoritettu. Tutkintoa voi täydentää myös saman aineen eritasoisella kokeella. Tutkinnon täydentämisessä ei ole aikarajaa.

23. Onko mahdollista muuttaa yo-tutkintoon kuuluvan kokeen tasoa tutkinnon ollessa kesken ja jos on, niin millä perusteella?

Jos pakollisesta A-kokeesta, esimerkiksi pitkän matematiikan kokeesta, tulee hylätty arvosana, niin kokeen tasoa voi vaihtaa ja suorittaa uusintakokeessa lyhyen matematiikan kokeen. Ehtona on, että yo-tutkintoon jää vielä yksi A-tason koe (esimerkiksi A-tason englanti). Yo-tutkintoon ei voi sisältyä kahta eritasoista koetta samassa tutkintoaineessa.

24. Kuka on vastuussa siitä, että kokelas tietää ylioppilastutkintoon liittyvät määräykset ja ylioppilastutkinnon kokeiden suoritusohjeet?

Kokelaalla itsellään on vastuu siitä, että hän on selvillä ylioppilastutkintoon liittyvistä määräyksistä ja ylioppilastutkintokokeiden suoritusohjeista sekä niiden noudattamisesta. Kokelaan pitää perehtyä tarkoin ylioppilas-tutkinnon rakenteeseen ja vaatimuksiin sekä ainekohtaisiin suoritusohjeisiin. Lisätietoja löytyy netistä hakusanalla ylioppilastutkinto.

Lisätietoja löytyy netistä hakusanalla ylioppilastutkinto.

25. Mikä on kirjallisen kokeen koeaika?

Kirjallisen kokeen koeaika on kuusi tuntia kussakin kokeessa (klo 9–15). Koetilaisuudesta voi lähteä aikaisintaan klo 12. Koeaikaa voi pidentää erityisjärjestelyinä myönnetty yhden tai kahden tunnin lisäaika sekä kahden lyhyen kielen yo-kokeeseen osallistuminen samana päivänä, jolloin lisäaikaa on kaksi tuntia.

Kokelaan tulee saapua kuhunkin koetilaisuuteen riittävän ajoissa koulunsa ohjeiden mukaisesti. Mikäli kokelas on myöhässä, hänen tulee ottaa yhteys koulunsa rehtoriin tai kansliaan välittömästi.

26. Mitä tehdä, jos kokelas sairastuu yo-tutkinnon koepäivänä?

1. Kokelaan täytyy ottaa heti yhteyttä rehtoriin.

2. Jos kokelas ei voi tulla sairauden tai tapaturman takia kouluun, hän voi pyytää rehtorilta valvottua yo-koetta.

3. Muussa tapauksessa kokelaan täytyy hankkia lääkärintodistus työkyvyttömyydestä yo-koepäivältä. Tällöin hän voi hakea ilmoittautumisen mitätöintiä. Mitätöityä koetta ei lasketa suorituskerraksi ja koemaksun saa takaisin.

4. Jos kyseessä on viimeinen eli kolmas kirjoituskerta ja kyseessä on pakollinen koe, lääkärintodistusta ei tarvita, vaan koe kannattaa antaa mennä keskeytetyksi ja hylätyksi. Tällöin kokelas saa uusia pakollisen yo-kokeen kaksi kertaa seuraavan kolmen tutkintokerran aikana.

27. Miten ylioppilaskokeet arvostellaan?

Asianomaisen aineen opettaja tarkistaa kokeen alustavasti koululla. Lopullisen arvostelun suorittaa ylioppilaslautakunta määräysten mukaisesti.

28. Voiko yo-kokeen arvosteluun hakea muutosta?

Kokelas voi hakea lautakunnalta tarkistusarvostelun toimittamista kokeen arvostelua koskevaan päätökseen. Tarkistusarvostelu on maksullinen. Jos kokelas hakee tarkistusarvostelua johonkin yo-kokeeseensa, hänen täytyy ottaa mahdollisimman pian (14 päivän kuluessa) viralliset tulokset saatuaan yhteyttä lukionsa rehtoriin.

29. Mitä tarkoittaa vilppi yo-kokeessa?

Kokelas, joka syyllistyy vilpilliseen menettelyyn tai vilpin yritykseen taikka avustaa siinä tai muutoin törkeästi rikkoo järjestystä, menettää oikeutensa jatkaa tutkinnon suorittamista kyseisenä tutkintokertana. Kokeet, joihin kokelas on kyseisenä tutkintokertana ilmoittautunut, katsotaan hylätyiksi.

Puhelimien ja muiden teknisten laitteiden (paitsi lautakunnan sallimien apuvälineiden), käsilaukkujen, salkkujen yms. tuominen koetilaan on kielletty.

30. Miten varusmies pääsee suorittamaan yo-kokeita?

Ylioppilastutkintoon osallistuva varusmies ilmoittautuu palvelus- tai lähipaikkakunnan lukioon. Ylioppilastutkinnon kokeisiin osallistuva varusmies anoo lomaa. Loma-anomus on jätettävä hyvissä ajoin.

31. Miten vieraskieliset kokelaat otetaan huomioon ylioppilastutkinnossa?

Jos ylioppilaskokelaan äidinkieli on muu kuin se kieli, jolla hän suorittaa ylioppilastutkinnon tai jossa hän suorittaa äidinkielen kokeen, lautakunta voi ottaa tämän arvostelussa huomioon. Lautakunta voi ottaa lisäksi huomioon muita erityisen painavia syitä, esimerkiksi sen, että kokelas on käynyt pitkään koulua ulkomailla. Vieraskieliseksi voidaan katsoa myös syntymäkuuro tai varhaislapsuudessa kuuroutunut. Selvitys vieraskielisyydestä toimitetaan ylioppilastutkintolautakuntaan ilmoittautumisen yhteydessä. Kysy lisätietoja S2-opettajalta tai rehtorilta.

32. Mitä tehdään, jos kokelaalla on lukihäiriö?

Ks. sivu 63.

33. Miten sairaus tai vamma otetaan huomioon ylioppilastutkinnossa?

Jos ylioppilaskokelaalla on sairaus tai vamma, voidaan hänelle hakemuksesta myöntää erityisjärjestelyjä tai ottaa asia arvostelussa huomioon. Tavallisimpia sairauksia, vammoja ja tilanteita, joiden perusteella haetaan erityisjärjestelyjä, ovat erilaiset onnettomuudet, tapaturmat ja äkilliset sairastumiset, kuulovamma, näkövamma, CP-vamma, nivel- ja reumasairaudet, mielenterveyshäiriöt ja keskushermoston kehityksen häiriöt. Selvitys sairaudesta tai vammasta toimitetaan ylioppilastutkintolautakuntaan yo-kirjoituksiin ilmoittautumisen yhteydessä. Äkillisissä sairaustapauksissa voidaan hakea erityisjärjestelyjä myöhemminkin. Kysy lisätietoja asiasta rehtorilta.

Ylioppilaaksi

Lukion oppimäärä

- 75 kurssia
- lukion päättötodistus
  - pakolliset kurssit
  - syventävät kurssit (vähintään 10)
  - koulukohtaiset syventävät ja soveltavat kurssit

Ylioppilastutkinto

- vähintään neljä pakollista yo-ainetta
  - ylioppilastutkintotodistus*
  - Äidinkieli on aina pakollinen koe.
  - Muut pakolliset kokeet, joista valitaan kolme koetta**:
    - vieras kieli
    - toinen kotimainen kieli
    - matematiikka
    - yhden reaaliaineen koe

Lisäksi:

- Ylimääräiset kokeet oman valinnan ja harkinnan mukaan:
  - muut reaaliaineet
  - muut vieraat kielet
  - matematiikka
  - toinen kotimainen kieli

*Ylioppilastutkintotodistus annetaan opiskelijalle, joka on suorittanut ylioppilastutkinnon ja jolle annetaan myös lukion päättötodistus tai todistus ammatillisen tutkinnon suorittamisesta.

**Laaja oppimäärä eli A-tason koe vaaditaan pakollisena vähintään yhdessä seuraavista aineista: toinen kotimainen kieli, vieras kieli tai matematiikka.

**Tutkinnon pakolliseen osaan voi sisällyttää vain yhden vieraan kielen ja yhden reaaliaineen kokeen.

Lukion päättötodistus ja ylioppilastutkinto

- Kun olet suorittanut lukion oppimäärän, saat laajan yleissivistyksen ja lukion päättötodistuksen.
- Lukion päättötodistuksen voit saada, vaikka et olisikaan suorittanut pakollisia ylioppilastutkinnon kokeita eli et ole ylioppilas.
- Jotta valmistut lukiosta ylioppilaaksi, sinun täytyy suorittaa sekä lukio-opinnot että ylioppilastutkinnon kokeet hyväksytysti.

Lukihäiriö ja ylioppilastutkinnon kokeet

Lukilausunnon hankkiminen

- Erityisopettaja, psykologi, puheterapeutti tai muu lukiasiantuntija arvioi opiskelijan ja laatii lausunnon.
- Lausunnon tulee olla laadittu, kun kokelas ilmoittautuu ensimmäisen kerran tutkintoon (yleensä toisena lukiovuonna).

Lievä lukihäiriö

- Lievä lukihäiriö voi oikeuttaa arvosanan huojennukseen yhdessä ylioppilastutkinnon kokeessa.
- Kokelas voi esittää toivomuksen korotuksen kohdistamisesta tiettyyn kokeeseen.

Tarvittavat asiakirjat: lausunto lukihäiriöstä ja vähintään kahden opettajan huomiot opiskelijan työskentelystä sekä lomake: lukihäiriön huomioon ottaminen ylioppilastutkinnossa.

Arvosanan korotus

- mahdollinen vain yhdessä kokeessa
- mahdollinen vain silloin, kun pistemäärä sijoittuu riittävän lähelle ylempää arvosanaa
- arvosanan nostoa harkittaessa pidetään improbatur-arvosanan rajaa yleensä ensisijaisena

Ilmoita lukihäiriösi aineenopettajille, jotta he pystyisivät paremmin huomioimaan sen opetuksessa ja koetilanteessa. Kerro asiasta myös ryhmänohjaajallesi ja opinto-ohjaajallesi.

Voit etsiä lisätietoja aiheesta netistä seuraavien hakusanojen avulla: ylioppilastutkinto, lukihero, erilaisten oppijoiden liitto, lukineuvola.

Keskivaikea tai vaikea lukihäiriö

- Keskivaikea tai vaikea lukihäiriö oikeuttaa opiskelijan ja rehtorin hakemaan erityisjärjestelyitä ylioppilastutkinnon kokeisiin.

Tarvittavat asiakirjat: lausunto lukihäiriöstä, vähintään kahden opettajan huomiot opiskelijan työskentelystä sekä lomake: lukihäiriön huomioon ottaminen ylioppilastutkinnossa.

Erityisjärjestelymahdollisuudet

- lisäaika kirjallisessa kokeessa yksi tai kaksi tuntia
- lisäaika kuullunymmärtämiskokeen lopussa
- pitkätaukoinen kuullunymmärtämiskokeen äänite
- isokirjaimiset tehtävät
- erillinen koetila

Muista, että voit saada erityisjärjestelyitä jo lukioaikana. Keskustele asiasta erityisopettajan, aineenopettajien ja rehtorin kanssa.

Arvosanan korotus

- tehdään erityisjärjestelyiden lisäksi vain poikkeustapauksissa (improbatur–approbatur) ja vain silloin, kun pistemäärä sijoittuu riittävän lähelle ylempää arvosanaa.

Yo-suunnitelma

Pohdi ennen ylioppilaskirjoituksiin ilmoittautumista seuraavia asioita:

- Kuinka monta ainetta kirjoitat?
- Mitä aineita kirjoitat pakollisena? Entä ylimääräisenä?
- Mitä reaaliaineita kirjoitat? Miten hajautat ne?
- Kirjoitatko useita A-kieliä? Miten hajautat ne?
- Onko osallistumisoikeutesi kunnossa (aineen pakolliset kurssit opiskeltuina)?
- Mitä jatko-opintosuunnitelmia sinulla on?
  Mistä yo-kokeista saat alkupisteitä hakiessasi jatko-opintoihin?

1. **Tee suunnitelma ylioppilastutkintosi suorittamisesta.**

a) Kirjaa pakolliset ja ylimääräiset aineet, jotka aiot kirjoittaa.

Pakolliset aineet	Arvosana-tavoite	Ylimääräiset aineet	Arvosana-tavoite

b) Suunnittele, milloin aiot osallistua eri aineiden yo-kokeisiin ja mitä aineita kirjoitat.

2. opintovuosi

kevät

3. opintovuosi

syksy

kevät

4. opintovuosi
tarvittaessa (opintojen pidentäjille, tutkintojen täydentäjille)

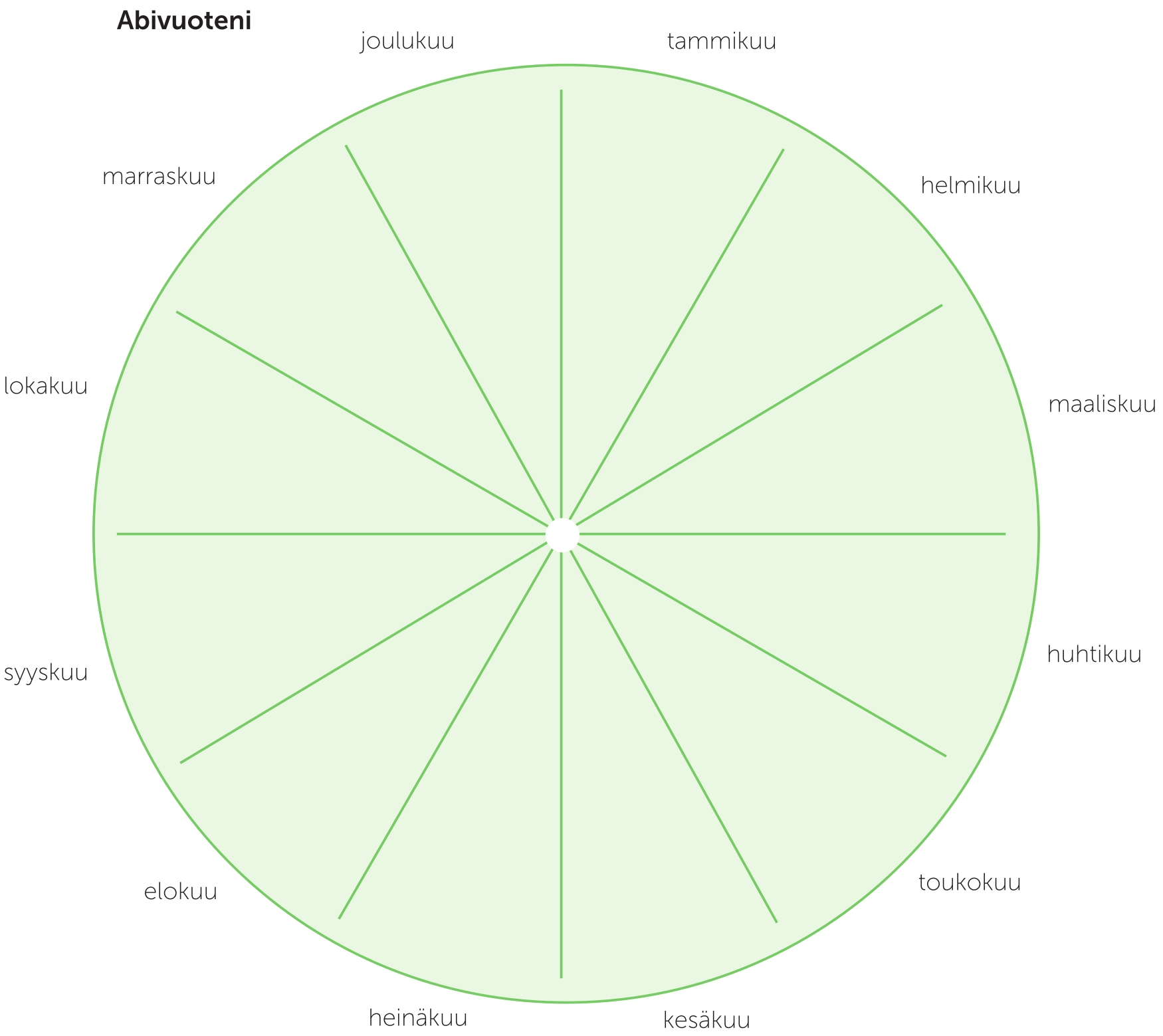
syksy

Muista, että voit hajauttaa yo-tutkintosi enintään kolmelle peräkkäiselle kerralle.

Abivuoden suunnitelma

Vuosiympyrän avulla pystyt hahmottamaan abivuoden tärkeät tapahtumat ja kiireiset ajanjaksot. Pystyt suunnittelemaan paremmin ajankäyttöäsi valmistautuessasi yo-kokeisiin ja valintakokeisiin. Valintakokeisiin lukeminen pitää aloittaa heti yo-kokeiden jälkeen. Muista varata myös riittävästi lepoaikaa.

2. **Merkitse vuosiympyrään abivuotesi tärkeitä asioita ja tapahtumia.**



Valmiina lukulomalle

Motivaatio

Varmistat lukumotivaatiosi, kun rakennat yo-tutkintosi sinua kiinnostavista aineista. Valitset esimerkiksi ne reaaliaineet, jotka sinua eniten kiinnostavat tai ovat tärkeitä jatko-opintojesi kannalta.

Motivaatiotasi lisää myös se, että asetat yo-kokeillesi realistiset arvosanatavoitteet. Jos vaadit itseltäsi täydellistä onnistumista, paineet voivat muodostua ylivoimaisiksi. Liian alhaisilla tavoitteilla taas hyväksyt kykyihisi nähden liian alhaiset suoritukset. Syynä liian alhaisiin tavoitteisiin on useimmiten epäonnistumisen pelko.

Lukeminen

Kun valmistaudut yo-kokeisiin, laadi lukusuunnitelma ja aikataulu. Valitse itsellesi parhaiten soveltuvat työskentely- ja toimintatavat. Tee lukulomallesi suunnitelma: mitä, miten ja milloin luet. Pidä suunnitelmastasi kiinni. Vaarana lukulomalla on, että lykkäät lukemisen aloittamista päivästä toiseen. Lukuloma vaatii kurinalaisuutta ja työhön ryhtymistä. Töissä käymistä ja lomamatkoja kannattaa ehdottomasti välttää lukulomalla.

Aseta lukulomallesi aineittain päiväkohtaiset tavoitteet ja osatavoitteet: miten luet ja missä ajassa luet kirjoitettavien aineiden alueet ja milloin niitä kertaat. Tee suunnitelma kalenteriisi niin, että näet lukemisen kokonaismäärän ja ajankäytön jakautumisen.

Työskentele lukulomasi aikana pitkäjänteisesti: lue ja kertaa pakollisten ja syventävien kurssien sisällöt sekä osallistu kertaus- ja abiturienttikursseille. Seuraa ajankohtaisia tapahtumia tv-uutisista ja sanomalehdistä sekä vieraskielisistä ohjelmista ja lehdistä.

Aloita valmistautuminen yo-kokeisiin jo ennen varsinaista lukulomaa. Etsi kirjoitettavien aineiden kurssikirjat valmiiksi ja tee yhteenvetoja kokonaisuuksista, joita sinun pitää hallita yo-kokeissa. Monet alkavat lukea jo joululomalla ja valmistautuvat myös jatko-opintojen pääsykokeisiin rinnakkain yo-kokeiden kanssa.

Lukupaikkasi on hyvä olla rauhallinen ja hiljainen. Suunnittele päivittäinen lukuaikataulusi myös sen mukaan, miten olet virkeimmilläsi. Ajanhallinnan kannalta tärkeintä on keskittyminen. Keskity ja lue sekä pidä välillä lyhyitä taukoja. Tauot tehostavat oppimista. Lukeminen yo-kokeisiin on kokopäivätyötä, joten lukupäiväsi voivat olla jopa kahdeksan tunnin mittaisia. Muista sijoittaa myös vapaapäiviä lukusuunnitelmaasi. Nuku ja syö riittävästi. Aivot tarvitsevat ravintoa eivätkä väsyneet aivot toimi tehokkaasti.

Muististrategioita on kahdenlaisia: ulkoisia ja sisäisiä. Ulkoinen muististrategia on käytössä silloin, kun teet muistiinpanoja ja sisäinen muististrategia silloin, kun käytät jotain mielleyhtymää asian muistamiseksi. Kun kirjoitat muistiinpanoja, keskityt ja saat muistettavan asian nähtävään muotoon. Sisäiset muistuttajat ovat assosiaatioita, mielleyhtymiä, joilla uusi asia liitetään johonkin vanhaan tietoon tai mielikuvaan.

Hyvän lukusuunnitelman ja -aikataulun tekeminen ja noudattaminen vähentävät stressiä. On hyvä, että voit opiskella ja lukea stressittömässä tilassa, koska stressi heikentää muistia. Pitkittyneen stressin oireita ovat päänsärky, unettomuus, vatsakivut, väsymys, liikasyönti ja -juonti, selkäkivut ja niin edelleen. Vältät stressiä suunnittelemalla ja tekemällä työt ajoissa.

Tasapaino

Hyvä ja huolellinen valmistautuminen ylioppilastutkinnon kokeisiin vähentää myös jännitystä. Tärkeitä tekijöitä stressin ja jännityksen vähentämiseksi ovat liikunta ja tauot, jolloin työt eivät ole näkyvissä.

Pidä toimintasi ja leposi tasapainossa. Taito olla kärsivällinen, taito levätä ja taito olla tekemättä mitään ovat yhtä tärkeää osaamista kuin aikaansaaminenkin.

Menestystä yo-tutkintoosi!

Abin lukusuunnitelma

- Lukusuunnitelman teko auttaa sinua hahmottamaan, kuinka paljon tarvitset aikaa lukemiseen ja yo-kokeisiin valmistautumiseen.
- Etsi kaikki kirjoitettavien aineiden kurssikirjat ja muut materiaalit hyvissä ajoin.
- Ajan tarve lukemiseen ja oppimiseen on yksilöllinen. Tee sinulle sopiva lukusuunnitelma.
- Merkitse lukusuunnitelmaasi ensin pakolliset menosi ja harrastuksesi sekä lepo- ja kertauspäiväsi. Lepo ja virkistys ovat vastapainoa lukemiselle.
- Merkitse tämän jälkeen mahdollisimman tarkasti, kuinka ajoitat lukemisesi kaikkien kirjoitettavien aineiden osalta.
- Arvioi realistisesti, kuinka monta sivua saat luettua kustakin aineesta yhden päivän aikana. Merkitse ylös sivumäärä.
- Muista huomioida aikataulussa myös muistiinpanojen tekeminen.
- Pidä kiinni aikataulustasi. Se auttaa niiden hetkien yli, kun motivaatio notkahtaa.
- Abikeväänä on lukuloma, mutta abisyksynä sitä ei ole, vaan valmistautuminen tapahtuu kesän ja ensimmäisen jakson aikana. Tässä on abikevään lukusuunnitelmaesimerkki:

Luettava määrä:

- 4 yhteiskuntaopin kirjaa
- 6 psykologian kirjaa
- lisämateriaalit
- englannin kielioppi + sanastot
- saksan kielioppi + sanastot
- matematiikan yo-laskujen laskeminen

KLO	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
8–9	herätys	herätys	herätys	herätys	herätys	KERTAUS	KERTAUS
9–10	yh/	yh/	yh/	yh/	yh/		
10–11	psyka	psyka	psyka	psyka	psyka	LEPO	LEPO
11–12	ruoka	ruoka	ruoka	ruoka	ruoka		
12–13	yh/	yh/	yh/	yh/	yh/		
13–14	psyka	psyka	psyka	psyka	psyka		
14–15			vapaa				
15–16	vapaa	vapaa	enkku/	vapaa	vapaa		
16–17	enkku/	enkku/	saksa	enkku/	enkku/		
17–18	saksa	saksa	matikka	saksa	saksa		
18–19	matikka	matikka		matikka	matikka		
19–20			harrastus				
20–21	harrastus						
21–22					työ?		
22–23							

ITSETUNTEMUS JA ELÄMÄNHALLINTATAIDOT

Minä omin silmin

1. Pohdit kirjan luvussa Minä lukiolaisena kielikuvia itsestäsi opiskelijana. Nyt voit tulkita kielikuvien avulla itseäsi ihmisenä. Jatka alla olevia lauseita tai piirrä kielikuvasi.

Ystävänä olen kuin...

Tyypillinen fiilikseni on kuin...

Perheenjäsenenä olen kuin...

Vapaa-aikana olen kuin...

Harrastuk-sessani olen kuin...

Ulkomuotoni on kuin...

Minä olen kuin...

2. Valitse kielikuvista yksi ja kerro, mitä ajatuksia sen taustalla on.

3. Pohdi kysymysten avulla, millainen olet nyt ja millaisena näet itsesi tulevaisuudessa.

Mihin ominaisuuksiisi, luonteenpiirteisiisi ja taitoihisi olet tyytyväinen?

Mitä ominaisuuksiasi, luonteenpiirteitäsi ja taitojasi haluaisit kehittää?

Mitkä arvot, ihanteet ja aatteet ovat sinulle tärkeitä?

Mihin asioihin olet elämässäsi tyytyväinen?

Mitä asioita haluaisit muuttaa elämässäsi?

Missä olet onnistunut? Entä epäonnistunut?

Mikä on aidointa sinua? / Milloin olet aidoimmillasi?

Millaiseksi ihmiseksi haluaisit kasvaa?

Mistä unelmoit?

Mihin paikkaan tai joukkoon tunnet kuuluvasi?

Millainen sinun maailmankuvasi on, optimistinen vai pessimistinen? Miten se ilmenee?

Minä muiden silmin

1. Selvitä, mitä muut sinusta ajattelevat ja missä ammateissa he voisivat nähdä sinut tulevaisuudessa. Haastattele ystäviäsi, harrastus- ja työkavereitasi. Haastattele myös vanhempiasi/huoltajiasi sekä isovanhempiasi.

Millainen olet ystäviesi mielestä?

- Millainen olen?
- Missä olen hyvä?
- Mitä minun pitäisi kehittää itsessäni?
- Missä ammateissa voisit nähdä minut tulevaisuudessa?

Millainen olet isovanhempiesi mielestä?

- Millainen olen?
- Missä olen hyvä?
- Mitä minun pitäisi kehittää itsessäni?
- Missä ammateissa voisit nähdä minut tulevaisuudessa?

Millainen olet vanhempiesi/huoltajiesi mielestä?

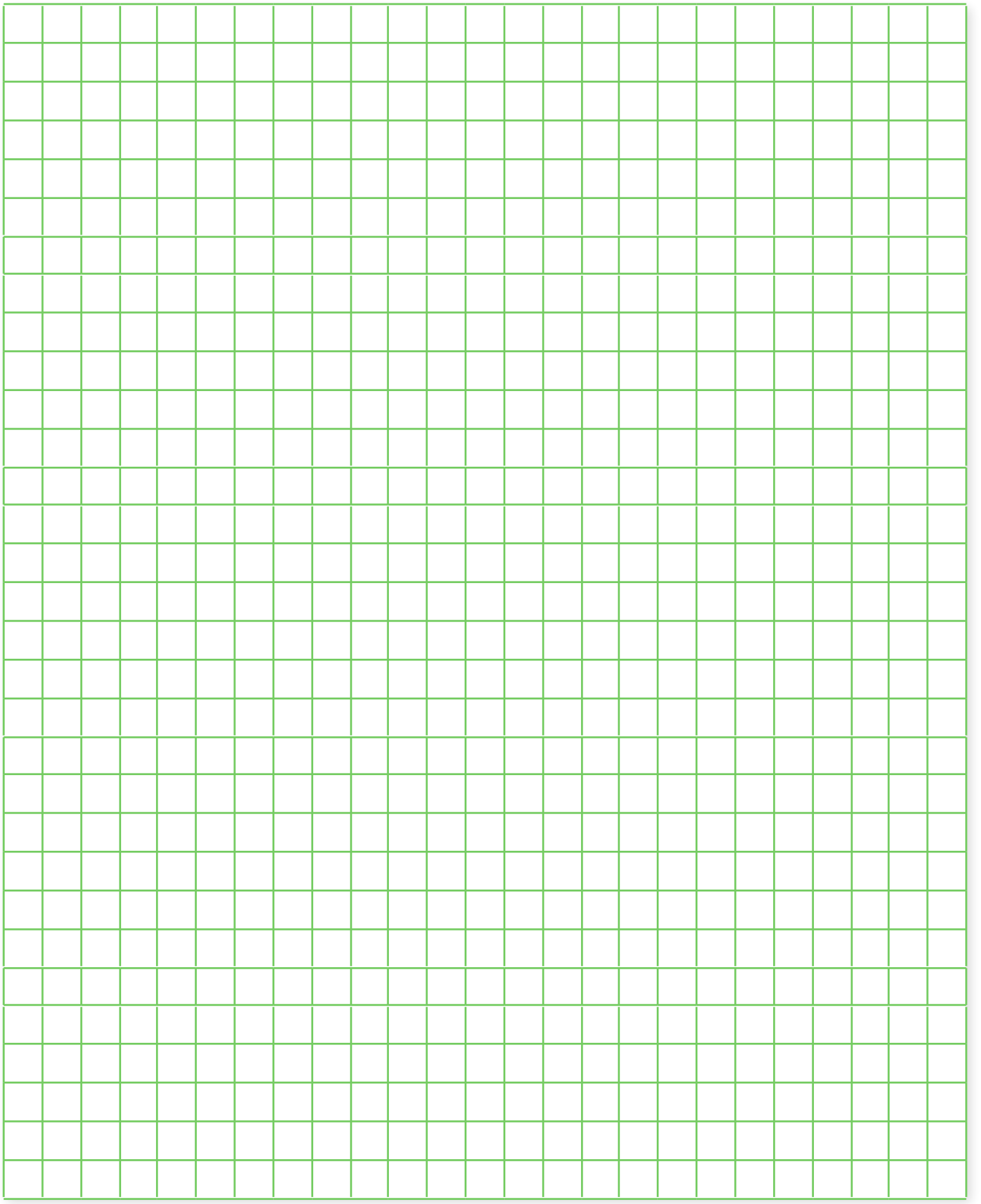
- Millainen olen?
- Missä olen hyvä?
- Mitä minun pitäisi kehittää itsessäni?
- Missä ammateissa voisit nähdä minut tulevaisuudessa?

Kysy myös:

- Missä ammateissa vanhempasi/ huoltajasi ovat toimineet?
- Mitkä ovat vanhempiesi/ huoltajiesi vahvuuksia ja hyviä puolia?
- Millaisia elämän-ohjeita ja viisauksia vanhempasi/ huoltajasi haluavat sanoa sinulle?

Kysy myös:

- Missä ammateissa isovanhempasi ovat toimineet?
- Mitkä ovat isovanhempiesi vahvuuksia ja hyviä puolia?
- Millaisia elämänohjeita ja viisauksia isovanhempasi haluavat sinulle sanoa?



Tärkeiden asioiden pyramidi

1. Kirjoita kymmenen asiaa (ihmisiä, tekemisiä, arvoja, kiinnostuksia...), jotka ovat sinulle kaikkein tärkeimpiä elämässäsi.

2. Sijoita asiat pyramidiin siten, että ylimmäksi tulee tärkein asia.

3. Peilaa pyramidia jatko-opintotoiveisiisi. Onko jatko-opintokiinnostuksissasi samoja asioita kuin pyramidissasi? Kerro, miten sinulle tärkeät asiat tulevat esille jatko-opinnoissasi.

Saavutusteni kaappi

Tärkeät saavutukset ovat asioita ja tapahtumia, joista olet saanut iloa ja voimaa sekä onnistumisen elämyksiä. Mitä sinä pidät tärkeinä saavutuksinasi? Ne kertovat kiinnostuksistasi eli siitä, mihin olet suunnannut energiaasi. Ne kertovat myös arvoistasi ja siitä, mitä pidät tärkeänä.

1. Tee saavutusten kaappi. Kirjoita, kuvita ja leikkele kaappiin asioita, joita pidät tärkeinä saavutuksinasi.

Tutki saavutusten kaappia samalla, kun pohdit ammatillista suuntautumistasi.

Suuntaa ottamassa

Tärkeimpiä tehtäviä nuoruudessa on etsiä ja löytää omilta tuntuvat urapolkujen alut ja pyrkiä niitä kohti. Joillekin suunta on jo selkiytynyt, joidenkin täytyy pohtia sitä vielä. Jopa harhapoluilta voi avautua huikaisevia näkymiä.

Omia tavoitteitaan ja motiivejaan on hyvä käydä läpi. Kelpo kompassi hyvän itsetuntemuksen rinnalla on intuitio. Pitää uskaltaa, ettei lopun ikäänsä mieti, olisiko sittenkin pitänyt.

Yliopistosta tai ammattikorkeakoulusta valmistunut ei välttämättä työskentele ensimmäisessä ammatissaan koko työuraansa. Työelämän muutokset avaavat mahdollisuuksia uusiin valintoihin. Ne vievät urapolun mutkiin ja kiemuroihin, ylä- ja alamäkiin. Haasteita siis riittää! Tee töitä unelmiesi eteen. Jonakin päivänä saatat olla tehtävässä, jonka vain sinä pystyt täyttämään.

1. Lue tekstit.

a) Kehystä tai korosta kertomukset, joihin voit samastua.

b) Kommentoi kertomuksia. Voit myös pohtia, miten kertomus sopii sinuun ja miten ei.

Minusta piti tulla filosofi tai kulttuuriantropologian tai arkeologian asiantuntija. Myös muusikon ja uskontotieteilijän ura pyöri joskus mielessäni. Hain opiskelemaan osaan näistä, mutta onneksi en päässyt. Sen sijaan pääsin lukemaan fysiikkaa ja opiskelin opettajaksi. Opetan nyt lukiossa.	
Matkalla treeneihin huomasin eräässä ovessa lapun, jossa pyydettiin ilmoittautumaan kurssille. Astuin uteliaisuudesta sisään. Tajusin heti, että täällähän yhdistyy kaikki, mitä haluan: fyysisyys, musiikki, kirjallisuus ja psykologia. Jätin urheilun. Unelman takia sai jäädä kaikki muu.	
Suunnitelma B pitää aina olla. Siksi pyrin kauppaoppilaitokseen, jonne menin, koska en päässyt yliopistoon. Jatkoin kauppaoppilaitoksesta ammattikorkeakouluun ja tein vuosikausia töitä, ennen kuin pääsin yliopistoon, kolmannellatoista hakukerralla.	
Olen vähän jääräpäinen tyyppi. Rankkasin hakuoppaasta pois kaiken, mistä en tiennyt, mitä se on, tai mikä ei kiinnostanut. Jäljelle jäi tiedotusoppi ja poliittinen historia. Tiedotusoppia en päässyt lukemaan.	
Varhaisnuoruudessani luin ja vietin aikaa kirjastossa vähän liikaakin, mutta en kirjoittanut paljonkaan. Kirjailijaksi tuleminen oli vahinko. En ollut ajatellut sitä, ennen kuin havaitsin kirjoittamisesta tulleen työni.	

Lukion loppuvaiheessa en tiennyt vielä, mitä halusin, mutta ainakin tiesin, mitä en halunnut.	
Pitäisikö sittenkin katsella ympärille vähän laajemmin? Pelkkiä kieliä opiskelemalla minusta tulee ”maikka”, enkä ole varma, onko se minun juttu.	
Haluan ammatin, jossa koen työniloa. Tekemiselläni pitää olla merkitys ja tarkoitus, eikä se saa olla vain rahaa ja elannon hankkimista.	
Minun mielestäni kenenkään ei pitäisi mennä yliopistoon opiskelemaan teologiaa tai psykologiaa selvittääkseen omia uskonnollisia tai psyykkisiä juttujaan.	
Lukion jälkeen olin kolme vuotta vaatemyyjänä. Sitten tuli mieleen, ettei tämä nyt voi olla ihan tässä. Pyrin ja pääsin tradenomiopintoihin. Nyt olen apulaismyymäläpäällikkö samassa firmassa, jossa myin vaatteita.	
Urani lähtee nousukiitoon heti, kun olen hankkinut huippuosaamisen ja ominaisuudet, joiden avulla pystyn luomaan jotakin suurta.	
Olen ollut isäni silmäterä, mutta siinä piili ansa. Päädyin valitsemaan opintoalan isäni arvostusten mukaan. Sitten tajusin, että vaikka suvussa on insinöörejä ja lääkäreitä monta sukupolvea, niin se ei tarkoita, että minun pitää mennä samaa rataa kuin muutkin.	
Toivon, että elämässäni avautuu jokin muu vaihtoehto kuin se, jonka yhteiskunta tuntuu sanelevan: lukiosta yliopistoon, sitten töihin viideksikymmeneksi vuodeksi.	
Päädyin opiskelemaan maantiedettä, koska aine kiinnosti eikä pääsykokeisiin tarvinnut lukea erillisiä pääsykoekirjoja.	
Hoitotyö on kiinnostanut minua yläkoulusta asti. TET-harjoittelussakin olin terveysasemalla ja vanhainkodissa. Haen ainakin lääketiedettä lukemaan ja lisäksi sairaanhoitajakoulutukseen ammattikorkeakouluun.	
Opin koulussa laiskaksi, ja siitä on ollut vaikea päästä eroon. Opiskelualaa en osannut päättää, sillä pidin itseäni lahjattomana. Pidin historiasta, mutta en halunnut opettajaksi. Harhailin tiedekunnasta toiseen, kunnes eräänä päivänä otin käteeni korttipakan ja päätin valita alani pasianssia pelaamalla. Kortit päättivät, että minusta tulisi juristi. Mitään järkisyytä tai intohimoa ratkaisuun ei ollut.	

Ammatillisen suuntautumisen arviointi

1. Arvioi kohdissa a)–d) kiinnostuksiasi, osaamisiasi ja vahvuuksiasi, arvojasi ja mielityöpaikkojasi.

a) Merkitse valkoiseen ruutuun arviosi asteikolla 3 (erityisen paljon) – 0 (ei yhtään).

b) Laske pystysarakkeiden pisteet, ja siirrä ne seuraavalle sivulle.

3 pistettä = erityisen paljon
1 piste = jonkin verran
2 pistettä = paljon
0 pistettä = ei yhtään

A. Kiinnostukseni

MINUA VOISI KIINNOSTAA	T	Y	S	J	I	K
ajaa lentokonetta, laivaa, junaa.	■	■	■	■	■	
neuvoa, tukea, ohjata ongelmissa olevia ihmisiä.	■	■		■	■	
johtaa omaa asianajo-, tili-, isännöitsijä- tai arkkitehtitoimistoa.	■		■	■	■	■
kirjoittaa esittelymuistioita, syytekirjelmiä, tutkintapöytäkirjoja.	■	■	■		■	■
toimia kokkina tai kondiittorina.	■	■	■	■	■	
hoitaa sairaita, vanhuksia, lapsia.	■	■		■	■	■
suunnitella vaatteita, koruja, lavastuksia, sisustuksia.	■	■	■	■		■
päivittää ja testata tietokoneohjelmia.	■	■	■		■	■
lukea tieteellisiä tekstejä, pohtia ja kommentoida niitä.		■	■	■	■	■
tehdä hallinto-, talous- ja oikeuspäätöksiä.	■		■	■	■	■
tehdä kustannus-, kannattavuus- ja rahoituslaskelmia.	■	■	■		■	■
hoitaa istutuksia, puutarhaa, eläimiä.	■	■	■	■	■	
kirjoittaa fiktiota (novelleja, romaaneja, näytelmiä, runoja).	■	■	■	■		■
soittaa/esittää, sovittaa, säveltää tai johtaa musiikkia.	■	■	■	■		■
toimia päällikkönä tai vastaavana 10–30 alaiselle.	■		■	■	■	■
tehdä tutkimustyötä yliopistossa tai tutkimuslaitoksessa.		■	■	■	■	■
selvittää sopimus-, riita-, raha- tai rikosasioita.	■	■		■	■	■
suunnitella myyntiä, markkinointia ja mainontaa.	■		■	■	■	■

3 pistettä = erityisen paljon
1 piste = jonkin verran
2 pistettä = paljon
0 pistettä = ei yhtään

	T	Y	S	J	I	K
pisteet edelliseltä sivulta						
järjestää ja hoitaa tilaisuuksien ulkoiset puitteet, ”roudata”.						
opettaa yliopistossa, korkeakoulussa tai muussa oppilaitoksessa.						
tehdä tarkkaa valvontatyötä lennon- tai kulunvalvonnassa.						
toimia taidemaalarina, graafikkona, kuvittajana, piirtäjänä.						
koota ja analysoida tietoa, tehdä selvityksiä ja tilastoja.						
tehdä työtä, jossa ollaan liikkeellä (pelastaja, poliisi).						
tutkia kemian, biologian, lääketieteen tai fysiikan ilmiöitä.						
suunnitella asemakaavoja, liikenneväyliä, logistisia järjestelmiä.						
neuvotella kaupoista ja toimituksista, tehdä sopimuksia.						
toimia tilintarkastajana, yrityksen tai hallinnon ”controllerina”.						
leikata ja muotoilla hiuksia, meikata, maskeerata, hieroa.						
kuvata, äänittää, miksata, editoida.						
kuunnella, keskustella, myötäelää, motivoida.						
järjestää ja hoitaa promootio- ja esittelytilaisuuksia.						
selvittää asioiden taustoja, syitä ja motiiveja.						
käsitellä tietoa pankissa, vakuutusyhtiössä, yrityksessä.						
asentaa, huoltaa ja korjata tietoliikennelaitteita ja -verkkoja.						
ajatella, pohtia ja seurata ilmiöitä sekä puhua ja kirjoittaa niistä.						
arvioida näyttelyitä, teatteria ja kaunokirjallisuutta.						
tehdä töitä pakolaisten ja maahanmuuttajien parissa.						
vaikuttaa mielipiteisiin puhumalla ja kirjoittamalla.						
selvittää vaativia matemaattis-tietoteknisiä asioita ja ongelmia.						
toimia ammattiesiintyjänä tai esiintyvänä taiteilijana.						
ohjata harrastusryhmiä, valmentaa nuoria urheilijoita.						
Pistemäärä yhteensä (A)						

B. Osaamisiani ja vahvuuksiani

3 pistettä = erityisen paljon
1 piste = jonkin verran
2 pistettä = paljon
0 pistettä = ei yhtään

	T	Y	S	J	I	K
Minulla on paljon kavereita. En pidä yksin olemisesta.						
Osaan käyttää tietokoneohjelmia, verkkopalveluja ja -viestintää.						
Maan ja taivaan ilmiöt kiinnostavat minua.						
Suoriudun monenlaisista käytännön töistä, esim. remonttihommista.						
Panostan persoonalliseen pukeutumiseen ja hiustyyliin.						
Ilmaisen rohkeasti ajatukseni ja haluan vaikuttaa niillä.						
Minulla on monipuolista, tutkittua tietoa, jota myös käytän.						
Pidän tavarani, tiedostoni ja kirjani järjestyksessä.						
Haluan nähdä työni tuloksen konkreettisena heti.						
Tulen toimeen kaikenlaisten ihmisten kanssa.						
Improvisoin yhtä lailla musiikkia kuin ruuanlaittoakin.						
Minut valitaan, kun tarvitaan joku järjestämään jotain.						
Tuntuu, että tulen olemaan tekniikan tai tieteen osaajia.						
Osaan vääntää sekä ronskia että romanttista juttua, tilanteen mukaan.						
Olen erilaisissa ryhmissä arvostettu.						
Olen tarkka. En tee huolimattomuusvirheitä.						
Nautin ruuan laittamisesta, leipomisesta ja vaatehuollosta.						
Olen kiinnostunut ihmisistä, heidän iloistaan ja murheistaan.						
Etsin ja pohdin taustat ja perustelut erilaisille ilmiöille.						
Asennan suvereenisti tallennukset ja ohjelmat.						
Huolehdin, että rahaa on ja että sitä tulee enemmän kuin menee.						
Minulle kerrotaan luottamuksellisia asioita.						
Ajan mielelläni mopoa, venettä tai työkonetta.						
Katson elokuvia ja ympäristöä esteettisestä näkökulmasta.						

3 pistettä = erityisen paljon
1 piste = jonkin verran
2 pistettä = paljon
0 pistettä = ei yhtään

	T	Y	S	J	I	K
pisteet edelliseltä sivulta						
Pystyn työskentelemään yhden tehtävän parissa pitkään.						
Otan selvää asioista, ratkaisen itse ongelmat.						
Olen hyvä keskittymään.						
Autan, palvelen, olen avuksi mielelläni pyytämättäkin.						
Opin helposti käyttämään erilaisia koneita.						
Luen tiedelehtiä ja tietokirjallisuutta, katson dokumentteja.						
Tykkään täyttää lomakkeita, tilata, varata ja maksaa verkossa.						
Minulla on tarve näyttää, menestys on minua varten.						
Teen mieluummin itse kuin ostan.						
Osaan iloita iloitsevien kanssa ja surra surevien kanssa.						
Erotan hyvät biisit ja tasokkaan musiikin.						
Viihdyn hyvin itsekseni kiinnostuksen kohteitteni parissa.						
Olen nopea päättäjä ja optimisti. En pelkää epäonnistumista.						
Kuuntelen, luen ja puhun itsekin ilmeikästä kieltä.						
En kadota enkä unohda mitään. Noudatan aikatauluja.						
Toimin mielelläni ryhmissä. Olen joukkuepelaaja.						
Osaan tulkita ja tehdä asioita luovasti, omalla tavallani.						
Uskallan ottaa riskejä, olen aina valmis uusiin haasteisiin.						
Pistemäärä yhteensä (B)						

C. Arvoni

3 pistettä = erityisen paljon
1 piste = jonkin verran
2 pistettä = paljon
0 pistettä = ei yhtään

ARVOSTAN	T	Y	S	J	I	K
näkyvää tekemistä ja toimintaa.						
tietoa, tiedettä, tieteen saavutuksia.						
seurallisuutta, avointa yhteyttä ihmisten kesken.						
vapautta toteuttaa omia ideoita.						
pysyvyyttä, vakautta, ennalta arvattavuutta.						
päättäväisyyttä, jämäkkyyttä.						
taiteellista, aisteja ja älyä stimuloivaa ilmaisua.						
avuliaisuutta, hyödyksi olemisen tunnetta.						
rahaa, varallisuutta, rikastumista.						
sääntöjen ja ohjeiden noudattamista.						
itsenäistä ja kriittistä ajattelua.						
tekniikkaa, koneita.						
yritteliäisyyttä, tavoitteellisuutta, menestystä.						
analyyttisyyttä ja järjestelmällisyyttä.						
vastuun kantamista muidenkin jaksamisesta.						
vapaa-aikaa, sillä työt tehdään työajalla.						
tunnollisuutta, sinnikkyyttä, suorittamista.						
monenlaista kulttuuria.						
paneutumista, perehtymistä, tutkimista.						
yhteisöllisyyttä, yhteistoimintaa.						
huolellisuutta ja säntillisyyttä.						
rohkeutta, uskallusta, heittäytymistä.						
konkreettista osaamista ja ammattitaitoa.						
omasta persoonasta lähtevää ilmaisua.						

3 pistettä = erityisen paljon
1 piste = jonkin verran
2 pistettä = paljon
0 pistettä = ei yhtään

	T	Y	S	J	I	K
pisteet edelliseltä sivulta						
virheetöntä ja pikkutarkkaa suorittamista.						
joustavia ja avarakatseisia ihmisiä.						
älyä, älyllisyyttä, järkeilyä.						
ennakkoluulottomuutta, rohkeita irtiottoja.						
vaikutusvaltaa, johtajuutta.						
hyvää palkkaa.						
erilaisuutta ja monikulttuurisuutta.						
käsillä tekemistä, kätevyyttä.						
uskallusta riskeihin, hyppyä tuntemattomaan.						
kunnianhimoista uuden tiedon luomista.						
näkökulmia avartavia teoksia.						
kapea-alaista erityisosaamista.						
perusmeininkiä kautta linjan.						
huomion ja julkisuuden saamista.						
mahdollisuutta tehdä niin kuin on oppinut tekemään.						
taitoa puhua, taivutella ja vaikuttaa.						
itsenäistä ja erittelevää ajattelua ja työotetta.						
hyviä ihmissuhteita, kiintymystä.						
Pistemäärä yhteensä (C)						

D. Mielityöpaikkani

MINUA KIINNOSTAA TEHDÄ TÖITÄ	T	Y	S	J	I	K
pankin johtajakerroksessa.	■		■	■	■	■
leikkaussalissa, hammaslääkärin vastaanotolla.	■	■	■	■	■	
rikospoliisin tutkintayksikössä.		■	■	■	■	■
baarissa.	■	■		■	■	■
liikenteen valvonta- tai ohjausyksikössä.	■	■	■		■	■
graafisen suunnittelun toimistossa.	■	■	■	■		■
nuorisotalossa.	■	■		■	■	■
käräjä-, hovi- tai hallinto-oikeudessa.		■	■	■	■	■
sairaala- tai tutkimuslaboratoriossa.	■	■	■		■	■
tiedotusvälineen toimituksessa.	■		■	■	■	■
teatterilavalla, elokuvan tai tv-ohjelman kuvauspaikalla.	■	■	■	■		■
lentokoneen matkustamossa.	■	■	■	■	■	
kunnallis- tai valtionhallinnon päättäjien esikunnassa.	■		■	■	■	■
korupajassa.	■	■	■	■	■	
päiväkodissa, lastensuojelulaitoksessa.	■	■		■	■	■
pankin notariaattiosastolla.	■	■	■		■	■
tekstiili-, vaatetus- tai sisustussuunnittelutoimistossa.	■	■	■	■		■
tutkimuskeskuksessa tai laboratoriossa.		■	■	■	■	■
ala- tai yläkoulussa tai ammattiopistossa.	■	■		■	■	■
vero- tai vakuutustoimistossa.	■	■	■		■	■
ravintolakeittiössä.	■	■	■	■	■	
tilastokeskuksessa.		■	■	■	■	■
omassa yrityksessä.	■		■	■	■	■
ateljeessa, graafikon tai kuvittajan työhuoneessa.	■	■	■	■		■
tilintarkastusyrityksessä tai -yksikössä.	■	■	■		■	■
pelastuslaitoksen hälytysyksikössä.	■	■	■	■	■	
asianajotoimistossa, yrityksen lakiasiainyksikössä.	■		■	■	■	■
arkkitehtitoimistossa.	■	■	■	■		■

3 pistettä = erityisen paljon
1 piste = jonkin verran
2 pistettä = paljon
0 pistettä = ei yhtään

	T	Y	S	J	I	K
pisteet edelliseltä sivulta						
sanomalehden pääkirjoitustoimituksessa.						
lasten- tai perheneuvolassa.						
junan, laivan tai lentokoneen ohjaamossa.						
kampaamossa.						
yliopistosairaalan klinikalla.						
edunvalvontajärjestössä.						
mainostoimistossa.						
hammaslaboratoriossa.						
sosiaalitoimistossa.						
kirjanpito- tai palkkatoimistossa.						
sairaalan potilasosastolla, terveysasemalla.						
yrityksen johtajakerroksessa.						
yliopiston laitoksella tai tutkimusyksikössä.						
esiintymis- tai orkesterilavalla, musiikkitalossa.						
Pistemäärä yhteensä (D)						

2. Kokoa pisteet alla olevaan taulukkoon.

	KIINNOSTUKSENI (A)	OSAAMISENI JA VAHVUUTENI (B)	ARVOSTUKSENI (C)	MIELITYÖ-PAIKKANI (D)	YHTEENSÄ
T					
Y					
S					
J					
I					
K					

3. Kehystä 2–3 suuntautumista, joista sait eniten pisteitä.

a) Lue kuvaukset ja alleviivaa niistä ominaisuudet, jotka tunnistat itsessäsi.

b) Alleviivaa sinua kiinnostavia esimerkkiammatteja.

T Tieteellis-tutkivasti suuntautunut henkilö on analyyttinen, looginen ja kriittinen. Hän pohtii ilmiöiden syitä ja ongelmien ratkaisuja. Hän arvostaa tietoa ja oppimista ja on myös itsenäinen, omaperäinen ja pitkäjänteinen.	Esimerkiksi atomifyysikko, tutkijalääkäri, akatemiatutkija, biologi, ohjelmistokehittäjä, bioanalyytikko, ekonomisti, sijoitusanalyytikko
Y Yrittävä ja vaikuttamaan pyrkivä henkilö on energinen, kilpailuhenkinen, kunnianhimoinen ja menestykseen tähtäävä. Hän haluaa vaikuttaa, suostutella, käyttää vaikutusvaltaa, päättää, johtaa ja hallita.	Esimerkiksi yrittäjä, toimitusjohtaja, toiminnanjohtaja, asianajaja, päätoimittaja, lobbari, pörssimeklari, salkunhoitaja, rehtori, esikuntaupseeri
S Sosiaalisesti suuntautunut henkilö haluaa toimia ja tehdä töitä ihmisten kanssa: palvella, auttaa, hoitaa, ohjata, opettaa. Hän ymmärtää ihmisiä ja elämää. Hän toimii mielellään yhdessä, on luotettava ja vastuuntuntoinen.	Esimerkiksi luokanopettaja, aineenopettaja, lastentarhanopettaja, terveyden-/sairaanhoitaja, sosiaalityöntekijä, nuoriso-ohjaaja
J Järjestelmällinen, ohjeet tarvitseva ja niiden mukaan toimiva henkilö on vakaa ja vastuuntuntoinen. Hän haluaa määriteltyjä ja säännöllisiä tehtäviä. Hän on kiinnostunut käytännön töistä, joissa käsitellään tietoa tai informaatiota, esimerkiksi sähköisestä valvonnasta.	Esimerkiksi toimistosihteeri, kirjanpitäjä, tilintarkastaja, arkistonhoitaja, tietoverkkoasiantuntija, prosessinhoitaja/-valvoja, lennonjohtaja, lentäjä
I Innovatiivinen, luova ja taiteellinen henkilö haluaa väljästi määriteltyjä, itsenäisiä ja mielikuvitusta edellyttäviä tehtäviä. Hän on omaperäinen ja itsekeskeinen eikä pidä rutiineista ja säännöistä.	Esimerkiksi mainonnan suunnittelija, kuvataiteilija, sarjakuvapiirtäjä, kirjailija, käsikirjoittaja, vaatesuunnittelija, sisustussuunnittelija/-arkkitehti, näyttelijä, tanssija, ohjaaja, koreografi, muotoilija
K Käytännöllinen, konkreettiseen tekemiseen suuntautunut henkilö haluaa, että työn tulokset näkyvät ja ovat tasokkaita. Hän on sinnikäs, tarkka ja arvostaa rahaa.	Esimerkiksi kokki, baarimestari, asentaja, kuljettaja

4. Miten tehtävän tulos vastaa omaa käsitystäsi ammatillisesta suuntautumisestasi? Ympyröi vaihtoehdoista sopivin ja perustele vastauksesi.

hyvin **jotenkin** **huonosti** **ei lainkaan**

5. Merkitse kuvan viereen plus- tai miinusmerkillä, missä määrin kuvan ammatti tai koulutus kiinnostaa sinua. Voit myös hakea tyhjään ruutuun kuvan tai kirjoittaa sellaisesta ammatista tai koulutusalasta, joka sinua kiinnostaa. Miksi juuri se kiinnostaa sinua?

Iiris, käräjänotaari (oikeustieteen maisteri)

Vesa, lääkäri (lääketieteen lisensiaatti, yleislääketieteen erikoislääkäri)

Jonna, markkinointisuunnittelija (tradenomi, AMK)

Matias, kehityspäällikkö (diplomi-insinööri)

Veera, graafinen suunnittelija (medianomi, AMK)

Kiinnostava ammatti tai koulutusala

Ajanhallinta ja hyvinvointi

Ensimmäisen vuoden opiskelijoiden ajatuksia lukion alussa

Ihmisen vireystaso ja työteho ovat parhaimmillaan päivällä.

Millainen on sinun arkirytmisi? Tukeeko se hyvinvointiasi?

”Käytän opiskeluun aikaa hyvin epätasaisesti, ja läksyjen tekoaika on liian epäsäännöllinen. Minun pitäisi yrittää ottaa tavaksi tehdä läksyt heti koulun jälkeen eikä liian myöhään. Lisäksi saan unta yleensä liian vähän. Sitäkin pitäisi petrata, koska esimerkiksi tällä viikolla olen nukkunut tosi vähän. Silti joinakin viikkoina saatan nukkua pitkät ja hyvät yöunet. Minun pitäisi vaan yrittää saada unirytmi tasaisemmaksi, niin etteivät kello kahdeksan aamut tuntuisi niin raskailta. En oikein jaksa keskittyä iltapäivisin opiskeluun, kun monesti silloin on jo tosi nälkä. Siksi pitäisi ottaa välipalahedelmäkin säännölliseksi tavaksi. Nyt syön välipalaa vain joskus.”

”Harrastukseni eivät haittaa opiskeluani, vaikka niihin menee paljon aikaa. Osaan aikatauluttaa hyvin ja pidän huolen siitä, että teen ennen harjoituksia läksyt, niin ei tarvitse tehdä niitä väsyneenä illalla. Ulkoilen mielestäni riittävästi, jonkin verran harrastukseni takia ja muutenkin aika paljon. Nukun myös hyvin, joten jaksan kyllä opiskella, vaikkakin välillä pääsenkin vasta aika myöhään nukkumaan.”

”Keskiviikot ovat minulle tosi rankkoja. Kun viimeinen tunti päättyy, odotan, että pääsen kotiin lyyhistymään sohvalle. Toivon, ettei tarvitsisi tehdä mitään, hetkeen... Nyt kun lukio on alkanut, olen huomannut, että 24 tuntia ei riitä minulle mitenkään. Tuohon aikaan pitäisi saada mahdutettua koulu, jalkapallotreenit, ateriat, uni, kaverit ja aikaa itselle. Koska opiskelu ja treenit vievät paljon aikaa, niin kaverit, uni ja oma vapaa-aika ovat kärsineet tosi radikaalisti. En käytännössä ole arkisin kavereiden kanssa, sillä kaikki aika menee läksyihin ja treeneihin. Univajettakin on tullut joka yö. Toivon kuitenkin, että arki tasoittuisi puolen vuoden sisällä.”

”Nyt lukion alussa olen käyttänyt läksyihin ja muuhun opiskeluun tosi paljon enemmän aikaa kuin ysiluokalla. Läksyt olen tehnyt yleensä heti koulun jälkeen, toisin kuin peruskoulussa. Nyt on tullut sellainen tunne, että on pakko tehdä lukion eteen töitä, jos meinaa pärjätä kokeissa ja ylipäätään pysyä mukana tahdissa. Harrastukset eivät ole vielä ehtineet alkaa, mutta uskon niiden kyllä mahtuvan aikatauluuni. Olen huomannut, että aikaa jää riittävästi, jos läksyt ja muut kouluhommat tekee heti koulun jälkeen. Lisäksi tapaan kavereita ja lenkkeilen.”

On hyvä pohtia ja suunnitella omaa ajankäyttöään ja toimivia ajankäyttötapoja. Miten sovittaa yhteen opiskelu ja vapaa-aika? Opintoja ja hyvää lukiomenestystä pidetään tärkeänä asiana, mutta elämässä tulee olla muutakin: aikaa olla ystävien ja perheen parissa, aikaa harrastaa, aikaa nukkua ja levätä sekä aikaa olla vaan – aikaa itselle.

1. Lue ensimmäisen vuoden lukio-opiskelijoiden ajatukset läpi. Alleviivaa niistä kohdat, joista tunnistat itsesi.

2. Kirjoita arkipäivästäsi. Mistä tyypillinen päiväsi muodostuu: mitä teet ja kuinka paljon aikaa käytät keskimäärin eri asioihin, kuten läksyihin ja opiskeluun, vapaa-aikaan, ihmissuhteisiin, lepoon ja työssäkäyntiin?

3. Mihin asioihin sinulta menee mielestäsi liikaa aikaa ja voimavaroja?

4. Mitkä asiat antavat sinulle energiaa ja iloa?

Stressinhallinta

Stressi voi olla sekä hyödyksi ja haitaksi. Vähäinen, esimerkiksi jännittämisenä ilmenevä stressi lisää suorituskykyä. Ahdistus ja unettomuus voivat kertoa haitallisesta stressistä. Sitä voi estää, vähentää ja purkaa monin tavoin.

1. **Piirrä viisari mittaritaulun kohtaan, joka kuvaa tämän hetkistä stressitilaasi. Tee tehtävä lukion ensimmäisenä, toisena ja kolmantena opiskeluvuotena. Tehtävän tulokseen vaikuttaa elämäntilanteesi.**

Olen tehnyt stressitestin

1. kerran ____ / ____ 20 ____

Viisarin väri tai muoto: ____

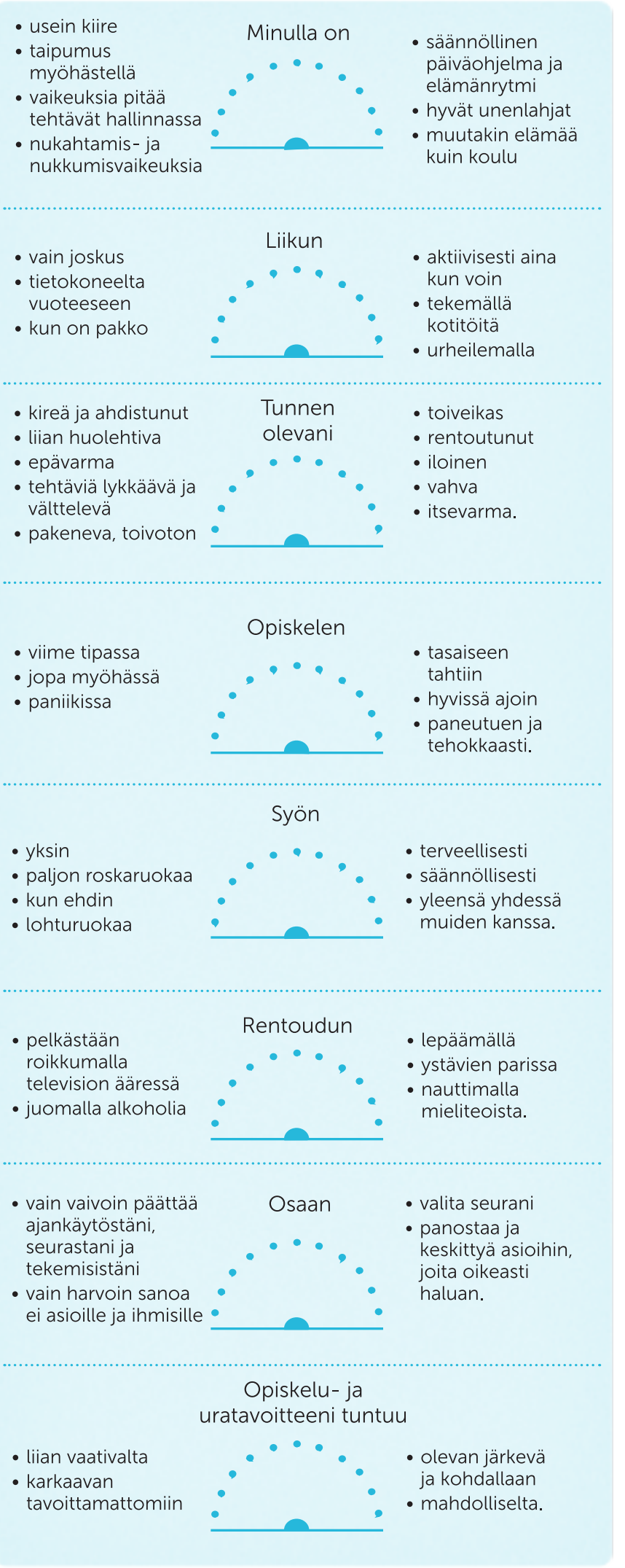
2. kerran ____ / ____ 20 ____

Viisarin väri tai muoto: ____

3. kerran ____ / ____ 20 ____

Viisarin väri tai muoto: ____

Jos viisarit ovat kallellaan enimmäkseen vasemmalle, katso stressinvähentämiskeinoja mittarikehien oikeista reunoista. Keskustele asiasta myös esimerkiksi vanhempiesi, ryhmänohjaajasi tai kouluterveydenhoitajasi kanssa.



2. Täydennä laput esimerkiksi tulevaa viikkoa ajatellen.

_____ / _____ 20 _____– _____/ _____ 20 ___

Minulle on tärkeää keskittyä

Minulle tuottaa iloa ja hyvää mieltä

Haluan vähentää ja/tai hylätä

3. Tutki, mikä on hyvinvointisi taso.

a) Väritä ruudukkoon hyvinvointisi taso asteikon vasemmassa reunassa luetelluissa asioissa. *taso 5 = erittäin hyvä, taso 1 = liian matala / liian vähän*

	1	2	3	4	5
uni					
terveellinen ja monipuolinen ravinto					
liikunta					
harrastukset					
perhe, suku ja ystävät					
aikaa itselle					
opiskeluilmapiiri					
opiskelutyytyväisyys, opintomenestys					

b) Merkitse oikealle osoittavat nuolet niihin pylväisiin (asioihin), joissa sinun pitäisi nostaa hyvinvoinnin tasoa. Kirjoita, mitä keinoja voisit käyttää.

KURSSI 2

JATKO-OPINNOT JA TYÖELÄMÄ

KURSSI 2 **JATKO-OPINNOT JA TYÖELÄMÄ**

ITSETUNTEMUS JA ELÄMÄNSUUNNITTELU

Mistä tiedän, mitä haluan? 92
Omaa tarinaani 93
Arvoni ja motiivini 96
Arvoni ja elämäntapani 98
Toimintatapani 100
Intressini 102
Kipinäni 106
Elämäni tällä hetkellä 108
Elämänpyöräni 109

JATKO-OPINTOVAIHTOEHDOT SUOMESSA JA ULKOMAILLA

Jatkotutkinnot lukion jälkeen 110
Opiskelupaikat lukion jälkeen 112
Yliopisto-opinnot 114
Ammattikorkeakouluopinnot 118
Ammatillinen peruskoulutus 121
Ammatilliset erikoisoppilaitokset 126
Aikuisten ammattitutkinnot 127
Opiskelu ulkomailla 128
Muita vaihtoehtoja 130

TYÖELÄMÄTAIDOT

Muuttuva ja monimuotoinen työelämä 132
Työelämän valttikortit 134
Työelämätaidot 136
Työelämään tutustuminen -haastattelu 138
Ansioluettelo eli CV 140
Motivaatiokirje 141
Työnhaku 142
Haastatteluun valmistautuminen 144

YRITTÄJYYS

Yrittäjyys 146
Minusta on yrittäjäksi! 148

URAN JA JATKO-OPINTOJEN SUUNNITTELU

Jatko-opintoihin haku 150
Yliopisto-opiskelijaksi 152
Ammattikorkeakouluopiskelijaksi 153
Ammatilliseksi opiskelijaksi 154
Opiskelijan haastattelu 155
Kohti uranvalintaa 156
Mihin suuntaan? 158
Jatko-opinto- ja urasuunnitelmani 160
Kohti valintakoetta 162

Muistiinpanoja 164
Nettihakusanoja 166

Kuvalähteet 167

ITSETUNTEMUS JA ELÄMÄNSUUNNITTELU

Mistä tiedän, mitä haluan?

Omaa opinto- ja ammattialaansa kannattaa suunnitella jo lukioaikana eikä vasta lukio-opintojen päättövaiheessa tai sen jälkeen. On tärkeää keskustella urasuunnitelmistaan myös vanhempien ja opinto-ohjaajan kanssa. Lisäksi kannattaa haastatella henkilöitä, jotka opiskelevat tai työskentelevät sinua kiinnostavalla alalla. Voit hankkia tietoa alasta myös kirjallisista ja sähköisistä lähteistä.

Intuitio on näkemys siitä, mitä kiinnostuksia ja motiiveja sinulla on ja millaista osaamista ja tietämystä haluat hankkia ja vahvistaa. Intuitio auttaa sinua päättämään oman alasi. Kun löydät itsellesi sopivan alan, se avaa sinulle samalla myös tavoitteita ja mahdollisuuksia. Omasta alasta voi kehittyä jopa kutsumus ja ura ja alansa ammattilaiselle avautuu tilaisuuksia ja tulee tarjouksia, myös hakematta.

Osalle lukiolaisista on tärkeintä ”tulla joksikin”. Tavoitteena voi olla esimerkiksi tiettyyn asemaan pääseminen. Tällöin opiskelusta voi tulla suorittamista ja tulee paineita menestyä. Menestys- ja suorituspaineita voi luoda itse, ja niitä voi tulla myös ulkopuolelta. Oma ahdistus ja ulkoiset odotukset pitää kuitenkin tiedostaa ja pystyä jopa torjumaan, jotta voi löytää ”oman juttunsa”, joka sopii yhteen omien arvojen, motiivien, kiinnostuksien ja vahvuuksien kanssa. Muussa tapauksessa voi jossain vaiheessa joutua jopa vaihtamaan opintoalaa tai keskeyttämään opinnot. Tämän vuoksi uraa suunnitellessa kannattaa miettiä useampia itseä kiinnostavia vaihtoehtoja, minne voisi suuntautua.

Jos omaa opinto- ja ammattialaansa ei pohdi, se voi johtaa hätäisiin päätöksiin tai jopa ajautumiseen ja ajelehtimiseen. Tällöin toisarvoiset asiat ja sattuma saavat liian suuren merkityksen. Voi käydä niin, että tilaisuudet menevät ja vuodet valuvat ohi.

Jos tekee itselleen huonoja ratkaisuja opinto- ja ammattialan valinnassa, ne pitää tunnistaa ja korjata mahdollisimman nopeasti. Näin elämä ei muodostu pettymykseksi, esimerkiksi sukkuloimiseksi opinnoista, ammateista ja työpaikoista toiseen, vaan sillä on selkeä suunta.

Joskus oma lähiympäristö voi vaikuttaa uravalintaan lannistavastikin. Jos kuitenkin on selvillä omista mahdollisuuksistaan ja tavoitteistaan, voi siitä huolimatta saavuttaa haluamansa.

Omaa tarinaani

Itsensä ymmärtäminen edellyttää oman elämän pohtimista. Lapsuuden ja nuoruuden tärkeät asiat näkyvät tavalla tai toisella myös tulevaisuudessa. Esimerkiksi jotkut harrastukset ja mielenkiinnon kohteet voivat säilyä läpi elämän.

Lähipiirisi ihmiset vaikuttavat sinuun. Joku heistä voi antaa sinulle merkittävän sykäyksen ammatinvalintaan esimerkiksi ehdottamalla, mihin työhön voisit sopia.

1. **Muistele elämääsi lapsuudesta tähän päivään.**
Tee tarina elämänvaiheistasi ja pohdi tulevaisuuttasi.
Voit tehdä tarinan esimerkiksi tekstinä, kuvina tai aikajanana.

a) Lapsuus

- Millainen oli lapsuudenkotisi? Millaiset näkymät oli kotisi ikkunoista?
- Millaisia esineitä, värejä ja tuoksuja lapsuudessasi oli?
- Mistä leikeistä pidit? Mitä harrastit?
- Ketkä olivat sinulle tärkeitä ihmisiä?
- Millaisia kavereita sinulla oli?
- Mitkä ovat rakkaimpia lapsuusmuistojasi?

b) Nuoruus

- Ketkä ovat sinulle rakkaimmat ja läheisimmät ihmiset?
- Mitä tärkeitä asioita ja tapahtumia elämääsi liittyy?
- Mitä harrastat?
- Mitkä asiat tuottavat sinulle iloa?
- Mitkä asiat huolestuttavat tai harmittavat sinua?
- Keitä ihmisiä ihailet tai kunnioitat?

c) Tulevaisuus

- Mitä odotat tulevaisuudeltasi?
- Mistä haaveilet?
- Millaisia ihmisiä elämääsi kuuluu?
- Millaiset asiat ja millainen tekeminen ovat tärkeitä tulevaisuuden työssäsi?

Omaa tarinaani

Arvoni ja motiivini

Arvosi ilmaisevat pyrkimystä, tahtoa ja tavoitteita elämässä, muun muassa ammatillisessa suuntautumisessa. Motiivit taas ovat syitä ja perusteluja ratkaisuille. Arvot kertovat mihin ja motiivit miksi. Motiivit voivat olla tietoisia ja julkisia, mutta myös tiedostamattomia tai jopa salaisia. Alla olevassa tehtävässä pohdit arvojasi, niiden tärkeysjärjestystä ja niihin liittyviä motiivejasi. Arvoluokitus on filosofi Erik Ahlmanin.

1. Lue arvolaatikot.

a) Ympyröi arvolaatikoista ne asiat, jotka ovat sinulle tärkeitä ja joita kohti haluat mennä elämässäsi. Jos jokin arvo ei kosketa sinua lainkaan, vedä viiva sen yli.

b) Merkitse arvolaatikot tärkeysjärjestykseen numeroin 1 (tärkein)–9 (vähiten tärkeä).

c) Pohdi kolmen tärkeimmän arvolaatikon osalta motiivejasi ja ammatillisia vaihtoehtojasi.

	Miksi arvostat?	**Missä työtehtävissä tai uratoiveissasi nämä arvot näkyvät tai ovat tärkeitä?**
☐ Hedonistiset arvot • sisäinen onni, ilo, tasapaino • mielihyvä ja nautinto • elämykset, seikkailu, maailman kokeminen • itsensä toteuttaminen, vapaus • unelman, intohimon tavoittelu		
☐ Vitaaliset arvot • terveyden ja kunnon vaaliminen • esimerkillinen kansalaisuus • yritteliäisyys, toimeliaisuus • kilpailu, voittaminen		
☐ Esteettiset arvot • taide • kauneus, tyyli, tyylikkyys • ylevyys, hohdokkuus, taso		
☐ Teoreettiset arvot • tieto, tietäminen • jatkuva oppiminen • viisastuminen • asiantuntijuus, pätevyys		
☐ Uskonnolliset arvot • pyhyys • toivo • laupeus		

Sosiaaliset arvot • hyvyys • huolenpito • ystävyys, toveruus • koti, perhe, omaiset		
Mahtiarvot • valta, vaikutusvalta • raha, varallisuus • asema, status • menestys, kunnia, maine		
Oikeusarvot • vastuu, vaikuttaminen • oikeudenmukaisuus • tasa-arvo		
Eettiset arvot • elämän kunnioittaminen • missio, itseä suurempi tehtävä • luonto, ympäristö		

d) Mainitse viisi työtä, joita arvostat eniten. Pohdi, mitä ne kertovat sinusta ja arvoistasi.

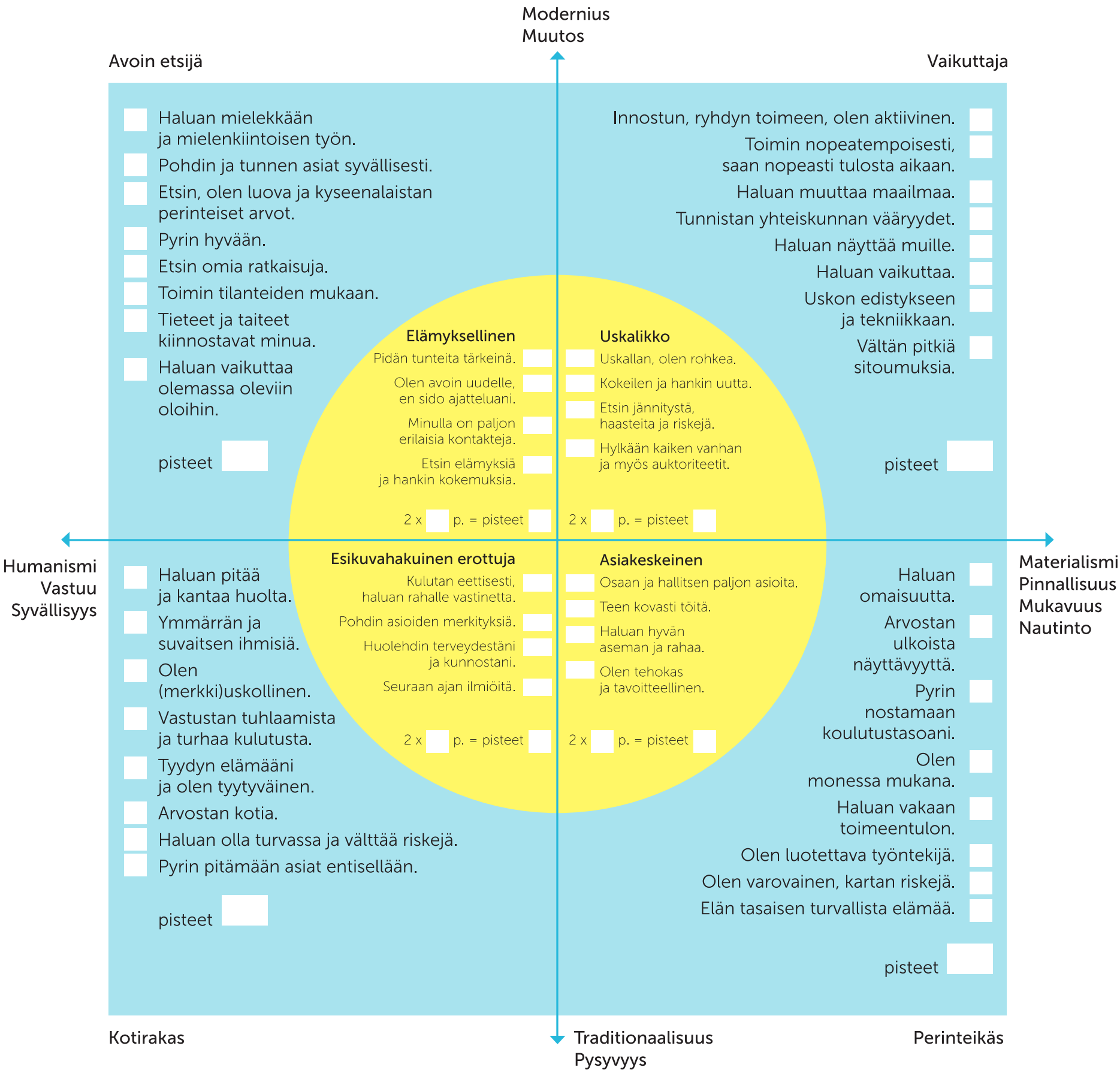
e) Mainitse työ, josta olet kiinnostunut ja jota arvostat.

f) Mitkä työt eivät sovi arvoihisi ja etiikkaasi? Miksi?

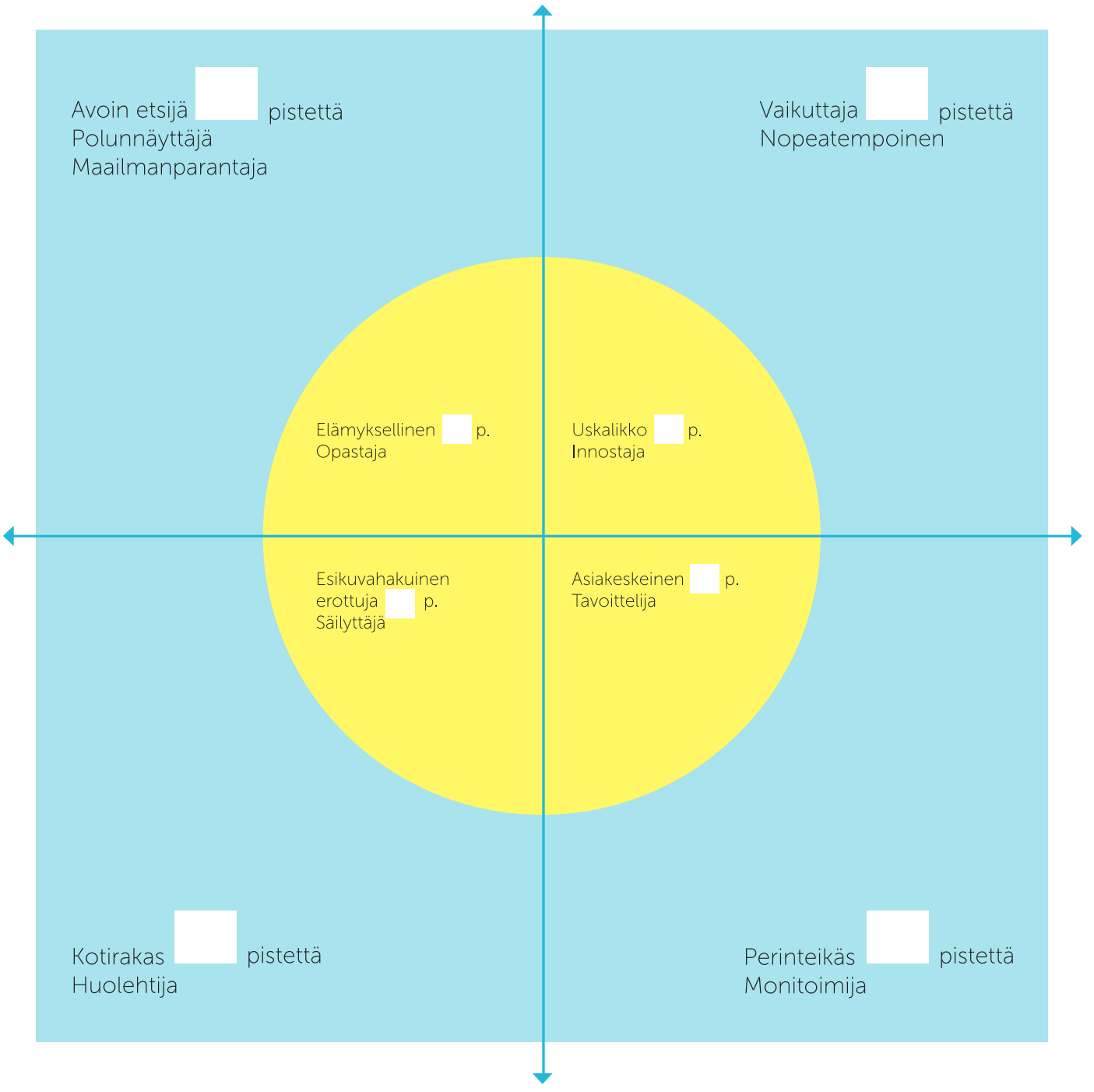
Arvoni ja elämäntapani

Enemmistö lukioikäisistä omaksuu lähipiiriltään arvopohjan ja elämäntavan, joka muokkautuu iän ja kokemusten karttuessa.

1. **Arvioi asteikolla 3 (paljon)–0 (ei lainkaan) kuvion eri sektoreiden sisä- ja ulkokehien väittämiä. Kuinka paljon sinussa on mainittua ominaisuutta?**



2. Laske edellisen sivun kuvioon eri sektoreista saamasi pisteet. Kerro sisäkehän pisteet kahdella, koska niitä on vähemmän. Siirrä pisteet alla olevaan kuvioon.



3. Ympyröi yllä olevasta kuviosta kolme elämäntapaa, joista sait eniten pisteitä.

4. Pohdi, miten kolme ympyröimääsi elämäntapaa näkyvät urasuunnittelussasi.

Toimintatapani

3 = aina, hyvin paljon
2 = usein, melko paljon
1 = joskus, jonkin verran
0 = ei koskaan, ei ollenkaan

1. Merkitse virkkeiden edessä oleviin kuvioihin arvio toimintatavastasi asteikolla 3–0.

- Uskallan tehdä irtiottoja, joiden seurauksista en ole varma.
- Minulla on taipumusta panostaa työhön jopa liikaa.
- Siedän epävarmuutta, enkä pelkää epäonnistumista.
- Päätän ja toimin omien ajatusteni ja vaistoni pohjalta.
- Olen tahtoihminen ja tuloksentekijä.
- Haluan näyttää, mihin pystyn ja saada siitä arvostusta ja palkkion.
- Minua kiinnostavat omat polut ja "löytöretket".
- Haluan edetä tavoite kerrallaan ja katsoa, mitä mielenkiintoista eteen tulee.
- Haluan edetä opinpolullani ja urallani suoraan.
- Teen suunnitelmia ja toteutan ne.
- Teen ratkaisuja, joista tiedän, mihin ne johtavat.
- Pelkään epäonnistumista.
- Unelmani on turvallinen, tasainen elämä.
- En siedä stressiä enkä suorituspaineita.
- Vältän riskejä.
- Minua ei kiinnosta kilpailla eikä pyrkiä ylöspäin.
- Minulla on tavoitteena pärjätä ja tulla toimeen palkallani.
- En halua tehdä ylityötä.
- Haluan tehdä vain sitä,mihin olen saanut koulutuksen.
- Haluan sitoutua työhöni ja asuinpaikkaani.
- En tunne kipinää uralla etenemiseen.
- Toimin mielellään hyvien neuvojen ja mallien mukaan.
- Minun on tärkeää tietää, millainen työpäivä minua odottaa.

2. Laske yhteen pisteet neliöistä, ympyröistä ja kolmioista.
Lue niiden kuvioiden tekstit, joista sait eniten pisteitä.

□ Olet ylös- ja eteenpäinpyrkivä, etsit mahdollisuuksia ja haasteita ja olet valmis ottamaan riskejä. Haluat uusia kokemuksia. Sinulla voi olla näyttämisen, esittämisen tai jopa itsesi korostamisen halua, suorittamisen pakkoa sekä paineita menestyä. Tällaisella asennoitumisella ja toimintatavalla voit soveltua esimerkiksi yritysjohtoon tai luovan suunnittelun, politiikan, viestinnän, mainonnan sekä kulttuurin ja viihteen tehtäviin.

○ Olet harkitseva, varovainen ja tasapainoinen. Teet tasaista tulosta ja olet tarmokas, tunnollinen ja aikaansaava. Toimit varman päälle ja osaat säädellä voimavarojasi. Tällaisella asennoitumisella ja toimintatavalla voit soveltua esimerkiksi tutkimuksen, opettamisen, hallinnon, hoitamisen, teknisen suunnittelun, kuljettamisen sekä suojelu- ja turvallisuusalojen tehtäviin.

△ Olet mukautuva ja suojautuva. Toimit ohjeiden ja mallin mukaan. Omaat taipumusta säästää itseäsi ja välttää virheitä. Tällaisella toimintatavalla voit soveltua ohjeistettuihin toimisto- ja palvelutehtäviin, moniin hoitotyön tehtäviin, valvontatyöhön ja tavaratuotannon rutiinitöihin.

Kannattaa muistaa kuitenkin, että vain harvoilla ihmisillä on ainoastaan yksi toimintatapa. Useimmat ihmiset käyttävät eri tilanteissa erilaisia toimintatapoja ja ovat siis ”sekatyyppejä”.

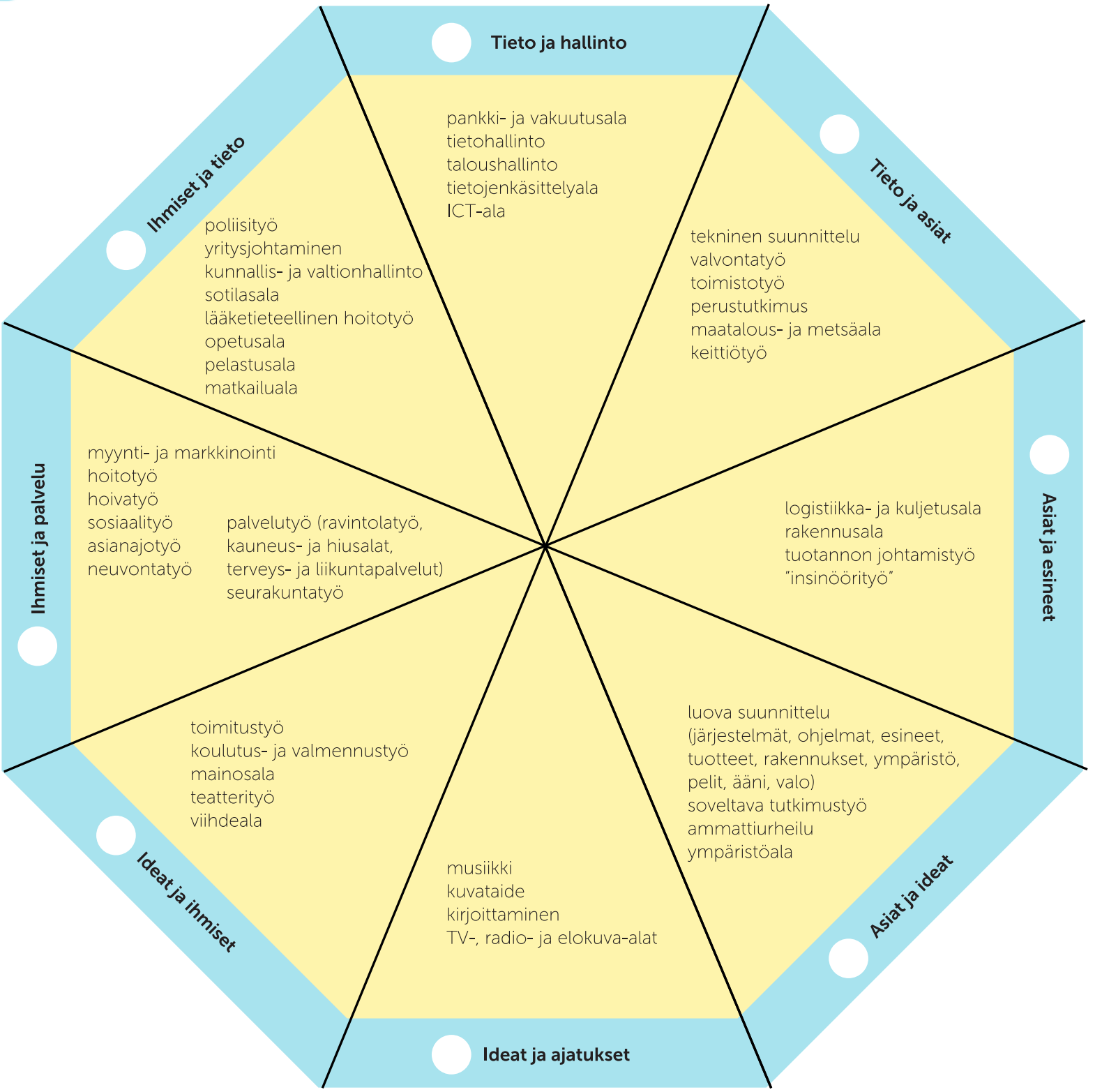
3. Alleviivaa kuvioiden tuloksista ominaisuuksia, joita arvioit itselläsi olevan ja aloja, joille voisit soveltua.

Intressini

Intressi tarkoittaa kiinnostusta ja suuntautumista esimerkiksi johonkin alaan, työhön ja sen sisältöön. Intressit kohdistuvat asiakeskeisiin tai ihmiskeskeisiin työtehtäviin sekä ideoiden tai tiedon työstämiseen ja soveltamiseen. Jos omaa useita erilaisia intressejä, niin voi pärjätä monilla aloilla.

1. Rastita sektorit, joihin sinulla on intressejä.

2. Alleviivaa alat, joista olet kiinnostunut.



Kiinnostuksen aiheeni

Mitkä asiat sinua kiinnostavat? Kiinnostuksesi näkyvät esimerkiksi siinä, mihin suuntaat ensimmäisenä huomiosi, mitä luet ja mihin jaksat syventyä.

3.

a) Pohdi ja kirjoita muistiin aiheita ja teemoja, joita yleensä luet mieluiten lehdistä.

b) Etsi netistä tai lehdistä sinua kiinnostavia artikkeleita, juttuja, kuvia tai mainoksia. Valitse niistä kolme. Liitä ne tälle sivulle kokonaan, osittain tai kirjoita aiheet ja teemat muistiin.

c) Mitä sinua kiinnostavat teemat ja valitsemasi lehtileikkeet kertovat urakiinnostuksistasi? Millaiset asiat ja millainen tekeminen ovat tärkeitä tulevaisuuden työssäsi?

Muista kiinnostuksesi, kun pohdit ammatillista suuntautumistasi.

Tulevaisuuden tavoitteeni ja unelmani

4. **a)** Pohdi tulevaisuudentavoitteitasi ja elämäsi unelmia.

Kirjoita vasemmalle puolelle, mitä et halua tulevaisuudeltasi ja käännä asia oikealle puolelle positiiviseen muotoon eli mitä sen sijaan haluat tulevaisuudeltasi.

Esimerkiksi:
En halua asua aina Suomessa. – Haluan matkustella ja asua välillä ulkomailla.

En halua	Haluan

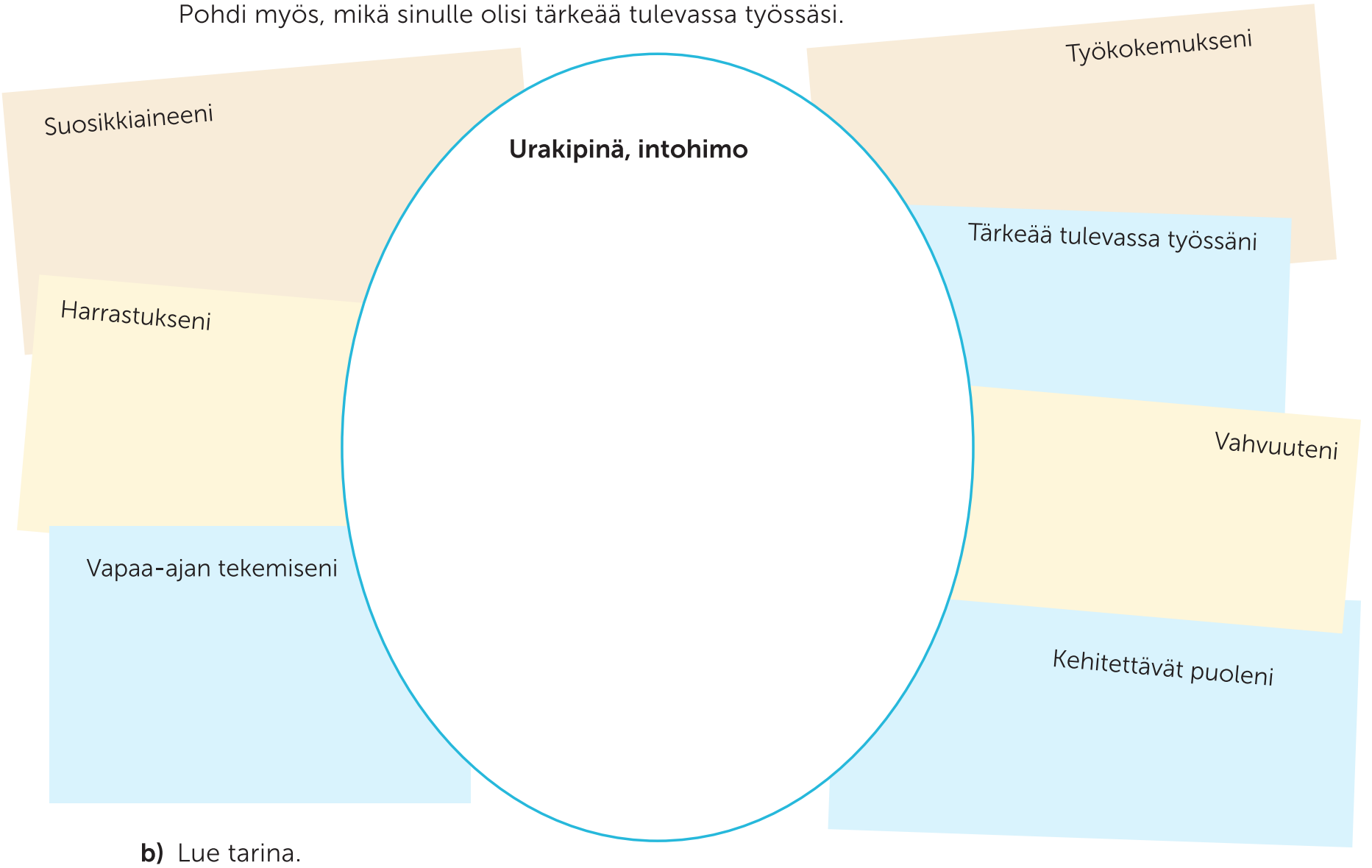
b) Kirjoita itsellesi tulevaisuuskirje.

Esimerkiksi:
Tulevaisuudessa näen itseni...
Aion...
Suurimmat saavutukseni ovat...
Olen töissä...
Asun...
Lähipiiriini kuuluu...

Kipinäni

1. **Selvitä, mikä on jatko-opintoihisi liittyvä kipinä eli intohimosi.**

a) Täydennä kuvioon yläkoulu- ja lukioaikaiset suosikkiaineesi (muista myös kuvataide, liikunta, musiikki, kotitalous ja käsityö), vapaa-ajan tekemisesi, harrastuksesi, työkokemuksesi sekä hyvät ja kehitettävät puolesi.
Pohdi myös, mikä sinulle olisi tärkeää tulevassa työssäsi.



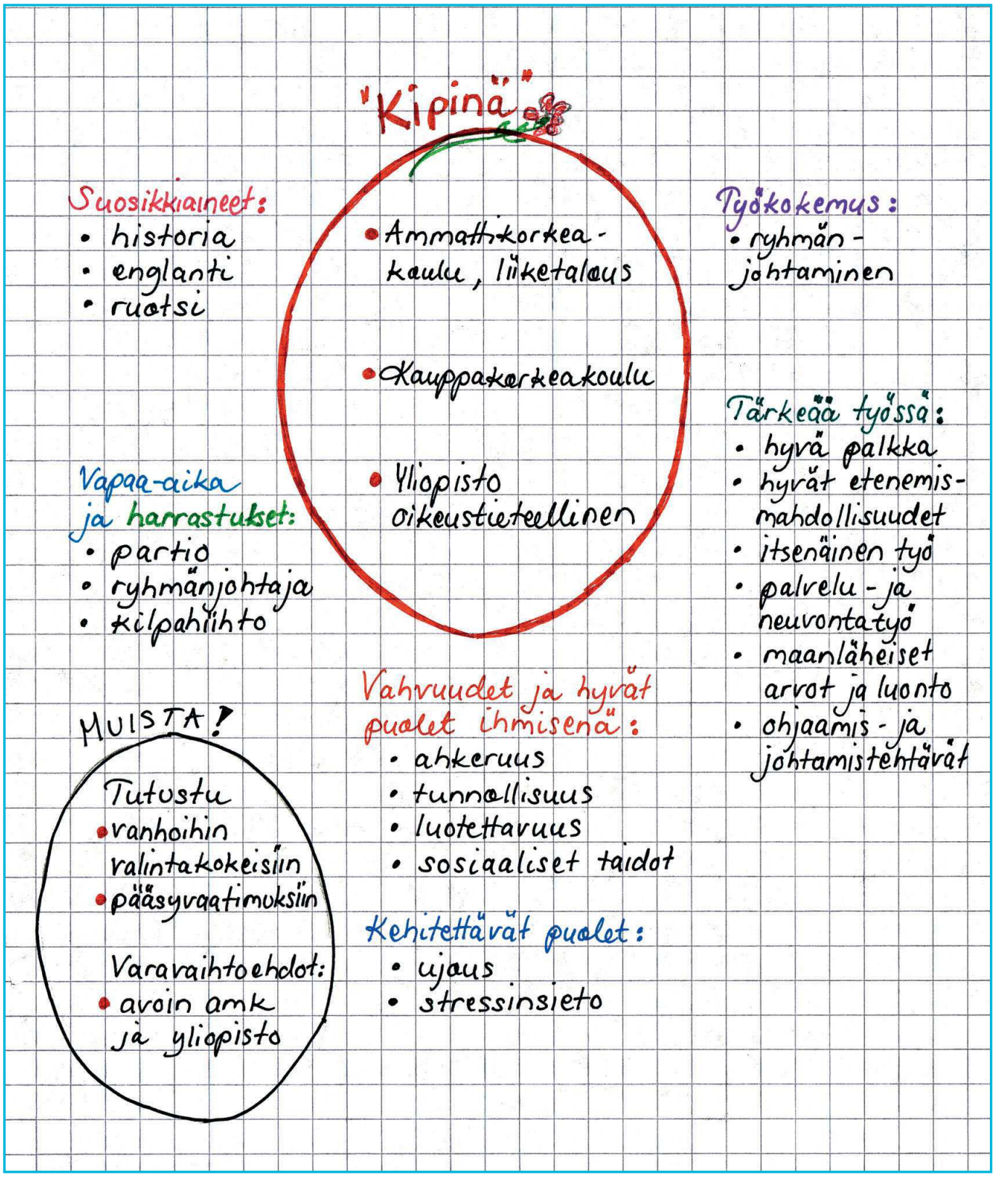
b) Lue tarina.

Kipinä, intohimo

Multimiljonääri Onni on valinnut elämäntehtäväkseen tukea nuoria opiskelijoita. Hän maksaa tukemilleen opiskelijoille kaikki opiskeluajan kustannukset ja antaa heille lisäksi kuukausittaisen 4 000 euron käyttörahan. Ehtona Onnin rahoitukselle on, että opiskelija opiskelee sellaisia aineita ja asioita, joihin hänellä on ”kipinä”. Kipinä tarkoittaa sitä, että opiskelija tuntee oppimisen halua ja erittäin voimakasta kiinnostusta opiskelemiaan asioita kohtaan. Opiskelijalla täytyy siis olla tunne, että on mahtavaa opiskella juuri tätä alaa. Rahoitus loppuu heti, jos opiskelija ei tunne enää kipinää.

c) Mitä aineita tai mitä alaa sinä uskaltaisit lähteä opiskelemaan, että saisit opinnoillesi Onnin rahoituksen mahdollisimman pitkään. Kirjoita vastauksesi Kipinä-ympyrään.

d) Tutki lukion toisen vuoden opiskelijan ”kipinän” ympärillä olevia asioita. Kerro, mitkä asiat mielestäsi tukevat opiskelijan kipinää ja ammatillista suuntautumista.



Elämäni tällä hetkellä

Välillä on hyvä pysähtyä miettimään elämän tähänastisia saavutuksia, onnistumisia ja omaa osaamista sekä tulevaisuuden tavoitteita. Elämään kuuluu huolia ja suruja sekä hyviä asioita ja paljon kiitollisuuden aiheita. Tärkeää on, että eri elämän osa-alueet ovat tasapainossa keskenään. Joskus tasapainon saavuttaminen vaatii ulkopuolisen apua ja ohjausta.

1. **Pohdi tämän hetkistä elämääsi seuraavan nelikentän avulla ja kirjoita ylös ajatuksesi.**

Osaamiseni, onnistumiseni, saavutukseni	Kiitollisuuden aiheeni, hyvät asiat elämässäni
Huoleni, suruni	Tavoitteeni

Luottamus omiin kykyihin samoin kuin pelko epäonnistumisista rakentuvat elämän varrella saaduista kokemuksista.

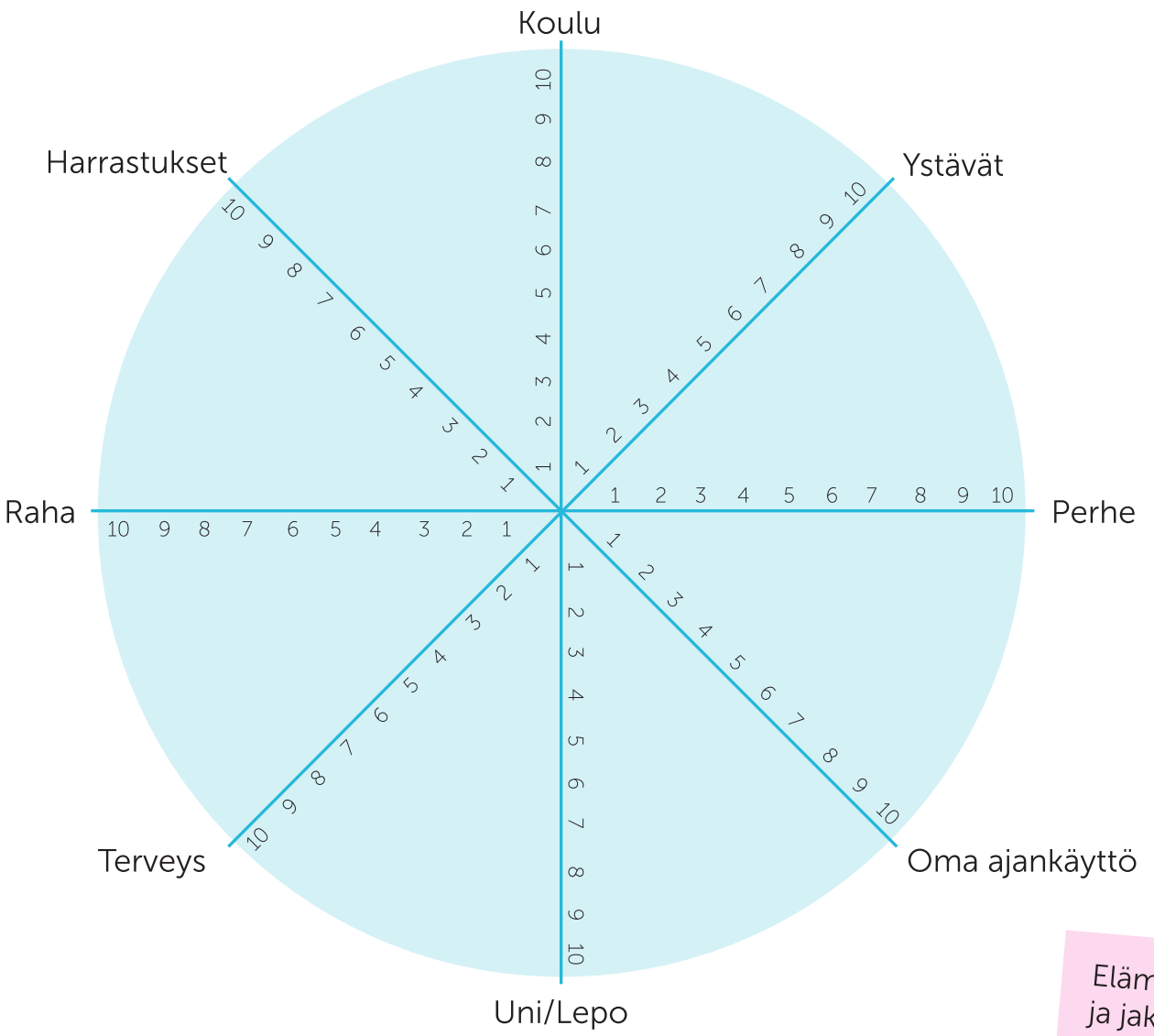
Keskeistä on se, että omaan osaamiseen ja kykyihin luottavat ovat aktiivisia, panostavat erilaisiin asioihin ja tarttuvat hanakasti uusiin haasteisiin. Omia kykyjään epäilevät voivat vältellä uusia tehtäviä, koska pelkäävät epäonnistumisia. Itsetuntemus, omien vahvuuksien tunnistaminen sekä kiitollisuus elämän hyvistä asioista lisäävät tyytyväisyyttä itseen, itseluottamusta sekä luottamusta elämään.

Elämänpyöräni

1. **Ympyrän sektorit edustavat elämäsi eri osa-alueita.**
Ympyrän keskusta on arvoltaan 1 ja ulkoreuna 10.

a) Arvioi omaa tyytyväisyyttäsi elämän eri osioihin. Merkitse piste asteikon siihen kohtaan, mihin tyytyväisyytesi aste ulottuu kyseisellä elämänalueella (1 = erittäin tyytymätön, 10 = erittäin tyytyväinen).

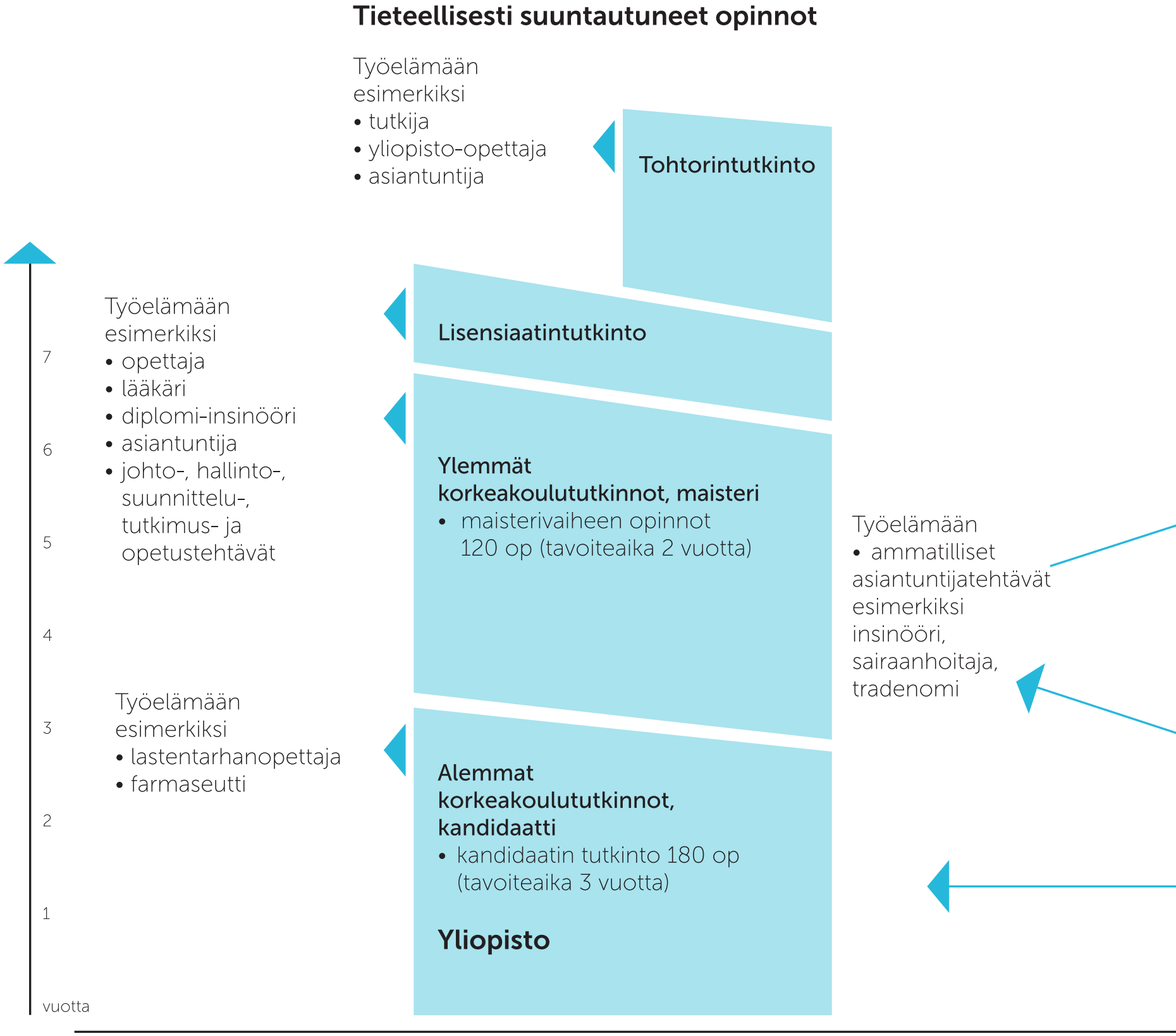
b) Yhdistä lopuksi merkitsemäsi pisteet toisiinsa viivalla. Millainen kuvio elämäsi pyörästä muodostui? Onko se laaja vai suppea, ympyrä vai jonkin muun kuvion mallinen, painottuuko se enemmän jommallekummalle puolelle?



2. **Pohdi piirtämäsi kuvion perusteella elämäsi eri osa-alueiden tasapainoa ja sitä, millaista elämänhallintasi on tällä hetkellä. Millä elämänalueilla näytät voivan hyvin, ja mistä luulet sen johtuvan? Kaipaako jokin elämänalueesi muutosta, ja mitä sinä voisit tehdä asian hyväksi tai tarvitsetko apua?**

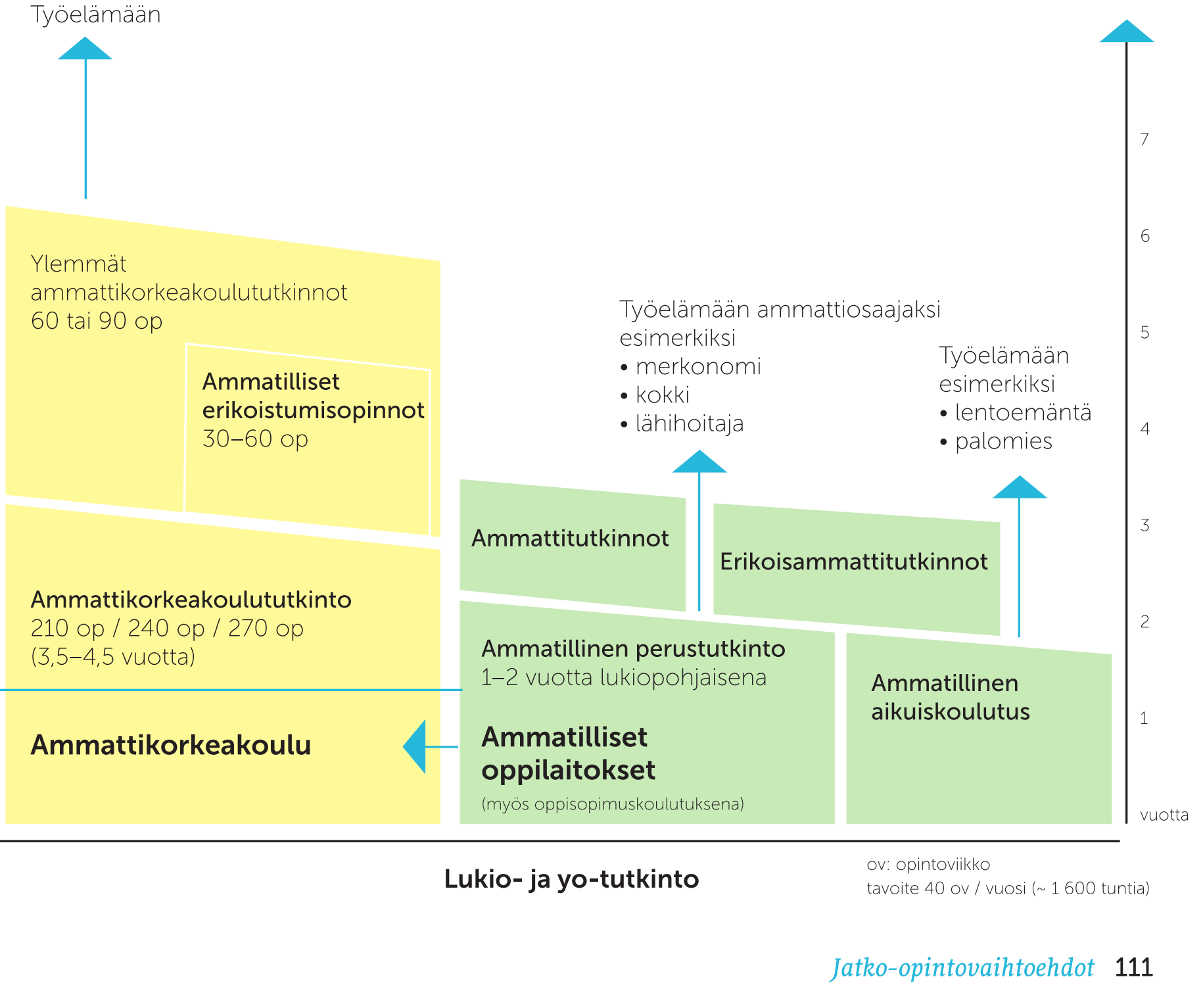
Elämänhallinnan ja jaksamisen kannalta on tärkeää, että elämänpyöräsi on tasapainossa. Jos se on epätasapainossa ja kärsit siitä, hae apua ja tukea ajoissa.

JATKO-OPINTOVAIHTOEHDOT SUOMESSA JA ULKOMAILLA



Jatkotutkinnot lukion jälkeen

Ammatillisesti suuntautuneet opinnot



Opiskelupaikat lukion jälkeen

1. Hahmottele ja piirrä oma polkusi lukion jälkeen.

Akateemiset erikoistumisopinnot

Tohtori (Doctor)

Lisensiaatti (Licentiate)

Yliopistolliset jatkotutkinnot

Ylempi korkeakoulututkinto (Maisteri – Master + 1–2 vuotta)

Alempi korkeakoulututkinto (Kandidaatti – Bachelor 3–4 vuotta)

Yliopistojen yhteiset yliopistokeskukset

Hakusana: yliopistokeskukset

Yliopistot

Hakusanoja: yliopistot, opintopolku, kauppatieteet, dia, syl

Korkeakouluopiskelu ulkomailla

Hakusanoja: eu ploteus, cimo, maatieto

Avoin yliopisto

Hakusana: avoin yliopisto

Korkea-aste

Kesäyliopistot

Hakusana: kesäyliopistot

Aktiivinen välivuosi ulkomailla

Hakusanoja: cimo, nuorisovaihto, eu youth, maailmalle

Kansanopistot

Hakusana: kansanopistot

Toinen aste

Aikuislukiot

Hakusana: aikuislukiot

Lukiot

Hakusanoja: ylioppilastutkinto, etä-/lukio, opinportti, abitreenit

Ylempi master-tasoinen **amk-jatkotutkinto** (+ 2 vuotta)

Alempi bachelor-tasoinen **amk-tutkinto** (3–4 vuotta)

Erikoistumisopinnot

Ammattikorkeakoulut (AMK)

Hakusanoja:
ammattikorkeakoulut,
arene, samok, opintopolku

Avoin ammattikorkeakoulu

Hakusana:
avoinamk

Korkea-aste

Ammatillinen aikuiskoulutus
Erikoisammattitutkinnot (EAT)
Ammattitutkinnot (AT)
Ammatilliset perustutkinnot (PT)

Hakusanoja: aikuiskoulutuskeskukset, aikuiskoulutus, näyttötutkinto, ammattitutkinnot

Elinkeinoelämän ammatilliset oppilaitokset

Hakusana:
elo ek

Toinen aste

Ammatilliset oppilaitokset
Nuorten ammatilliset perustutkinnot (PT)

Oppisopimuskoulutus
Ammattitutkinnot (AT)
Ammatilliset perustutkinnot (PT)

Hakusanoja: ammatillinen koulutus, ammatilliset perustutkinnot, oppisopimus, opintopolku

Urheiluopistot

Hakusana:
urheilu-
opistot

Yliopisto-opinnot

Yliopistoissa opiskellaan moniin akateemisiin ammatteihin, muun muassa lääkäriksi, papiksi, opettajaksi, lakimieheksi, kapellimestariksi, arkkitehdiksi ja diplomi-insinööriksi. On myös aineita, joita opiskelemalla ei valmistu mihinkään ammattiin, vaikka niitä opiskelemalla saakin akateemisen tutkinnon. Siksi on hyvä hankkia työkokemusta jo opiskeluaikana. Suhteita työelämään voi luoda myös akateemisissa ainejärjestöissä ja harrastuskerhoissa, joissa voi tutustua jo työelämässä toimiviin entisiin opiskelijoihin.

Alla on lueteltu suomalaisten yliopistojen koulutusaloja sekä kunkin alan alempi ja ylempi tutkinto. Suomessa opinto-oikeus haetaan ja saadaan yleensä molempiin tutkintoihin.

Hakusanoja: opintopolku, yliopistot, kauppatieteet, dia, avoin yliopisto, kesäyliopistot, syl, eu ploteus

1. Arvioi, minkä verran eri koulutusalat kiinnostavat sinua (+++, ++, +, -).

2. Merkitse niiden koulutusalojen kohdalle, jotka kiinnostavat sinua paljon (+++) tai melko paljon (++), ja kirjoita toiseen sarakkeeseen niiden lukion oppiaineiden nimet, joista voi olla hyötyä kyseiselle koulutusalalle pyrittäessä.

3. Ota selvää, missä sinua kiinnostavaa koulutusta järjestetään.

Koulutusala ja tutkinnot	Kiinnostus (+++, ++, +, –)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Kauppatieteet Ekonomit mm. seuraavilla aloilla: johtaminen, markkinointi, kansainvälinen liiketoiminta, liiketeknologia, yritysoikeus, taloushallinto, rahoitus, kansantaloustiede ja muut taloustieteet. *Kauppatieteiden kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Kauppatieteiden maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Teknilliset tieteet Arkkitehdit ja maisema-arkkitehdit Diplomi-insinöörit mm. seuraavilla aloilla: automaatio, bioinformaatio, elektroniikka ja sähkö, fysiikka, matematiikka, koneet, materiaalit, rakenteet ja rakennukset, tietoliikenne, tietotekniikka, tuotantotalous sekä yhdyskunta ja ympäristö *Tekniikan kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Diplomi-insinööri* (+ 120 op / 2 vuotta) *Arkkitehti* (+ 120 op / 2 vuotta) *Maisema-arkkitehti* (+ 120 op / 2 vuotta)			

Koulutusala ja tutkinnot	Kiinnostus (+++, ++, +, –)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Taideteollisuus Elokuvaohjaajat, keraamikot, lasinpuhaltajat, lavastajat, teolliset muotoilijat, sisustus- ja vaatetussuunnittelijat jne. *Taiteen kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Taiteen maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Yhteiskunta- ja sosiaalitieteet Kuntien, valtioiden ja yhteisöjen hallinnolliset, sosiaaliset, taloudelliset ja yhteiskunnalliset tehtävät *Hallintotieteiden kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Valtiotieteiden kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Yhteiskuntatieteiden kandidaatti* (180 op/ 3 vuotta) *Maisterintutkinnot* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Oikeustieteet Lakimiehet, asianajajat, tuomarit ja muut oikeusoppineet *Oikeusnotaari* (180 op / 3 vuotta) *Oikeustieteen maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Sotatieteet Upseerit ja sotatieteilijät *Sotatieteiden kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Sotatieteiden maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Teologia Kirkon, yhteiskunnan ja oppilaitosten teologiset tehtävät *Teologian kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Teologian maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Kasvatustieteet Lastentarhan- ja luokanopettajat, erityisopettajat, aineenopettajat, opinto-ohjaajat ja kasvatustieteilijät *Kasvatustieteen kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Kasvatustieteen maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			

Koulutusala ja tutkinnot	Kiinnostus (+++, ++, +, –)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Psykologia Psykologit, neuropsykologit, henkilöstöasiantuntijat jne. *Psykologian kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Psykologian maisteri* (+ 150 op / 2,5 vuotta)			
Humanistiset tieteet Tutkijat, asiantuntijat ja opettajat jne. seuraavilla aloilla: filosofia, historia, kielet, kielitieteet, informaatiotutkimus, puheviestintä, kulttuurintutkimus ja taiteiden tutkimus *Humanististen tieteiden kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Filosofian maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Luonnontieteet Bio- ja ympäristötieteet Biologit, biokemistit, perinnöllisyystieteilijät, kasvitieteilijät jne. Fysikaaliset tieteet ja kemia Fyysikot, tähtitieteilijät, meteorologit ja kemistit Maantiede ja geologia Maantieteilijät sekä maapallon rakenteen ja maaperän koostumuksen asiantuntijat Matemaattiset tieteet Matemaatikot, tilastotieteilijät ja tietojenkäsittelyn asiantuntijat *Luonnontieteiden kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Luonnontieteiden maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta) *Filosofian maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Maatalous- ja metsätieteet Elintarvike- ja ympäristötalouden sekä maatalouden ja metsätieteiden asiantuntijat *Elintarviketieteiden kandidaatti* *Maatalous- ja metsätieteiden kandidaatti* *Elintarviketieteiden maisteri* (180 op / 3 vuotta] *Maatalous- ja metsätieteiden maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta]			
Farmasia Lääkealan asiantuntijat ja tutkijat, apteekkarit jne. *Farmaseutin tutkinto* (180 op / 3 vuotta) *Proviisorin tutkinto* (+ 120 op / 2 vuotta)			

Koulutusala ja tutkinnot	Kiinnostus (+++, ++, +, –)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Lääketieteet			
Eläinlääketiede (Eläinlääkäri 360 op / 6 vuotta) *Eläinlääketieteen kandidaatti* *Eläinlääketieteen lisensiaatti*			
Hammaslääketiede (Hammaslääkäri 300 op / 5 vuotta) *Hammaslääketieteen kandidaatti* *Hammaslääketieteen lisensiaatti*			
Lääketiede (Lääkäri 360 op / 6 vuotta) *Lääketieteen kandidaatti* *Lääketieteen lisensiaatti*			
Terveystieteet Terveys- ja ravitsemustiedon sekä terveydenhoitotieteiden asiantuntijat, kouluttajat ja opettajat *Terveystieteiden kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Terveystieteiden maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Liikuntatieteet Valmennuksen, testauksen, liikunnan fysiologian ja biomekaniikan asiantuntijat, suunnittelijat ja kouluttajat *Liikuntatieteiden kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Liikuntatieteiden maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Taideyliopistokoulutus			
Kuvataide Kuvanveistäjät, taidemaalarit, graafikot ja tilataiteilijat *Kuvataiteen kandidaatti* (210 op / 3,5 vuotta) *Kuvataiteen maisteri* (+ 120 op / 2 vuotta)			
Säveltaide ja musiikki Säveltäjät, muusikot, laulajat, orkesterin- ja kuoronjohtajat, musiikkikasvattajat sekä taidehallinnon asiantuntijat *Musiikin kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *Musiikin maisteri* (+ 150 op / 2,5 vuotta)			
Teatteri ja tanssi Näyttelijät, tanssijat, ohjaajat, koreografit, dramaturgit, valo- ja äänisuunnittelijat sekä teatterin ja tanssin opettajat *Teatteri- ja tanssitaiteen kandidaatti* (180 op / 3 vuotta) *(+ maisteri* 120 op / 2 vuotta)			

Ammattikorkeakouluopinnot

Ammattikorkeakouluista valmistuu korkeakoulututkinnon suorittaneita työelämän asiantuntijoita. Koulutusajat ovat lyhyempiä kuin yliopistoissa, ja opiskelussa on käytännönläheinen näkökulma. Opiskelija suorittaa alemman korkeakoulututkinnon ja valmistuu samalla myös ammattiin tai tietylle ammattialalle. Työkokemuksen jälkeen on mahdollista hakeutua ylempään amk-koulutukseen. Joitakin ammattikorkeakoulututkintoja voi suorittaa vieraskielisissä koulutusohjelmissa.

Alla on lueteltu suomalaisia alempia ammattikorkeakoulututkintoja koulutusaloittain ryhmiteltyinä.

Hakusanoja: opintopolku, ammattikorkeakoulut, amk, avoinamk, amkjatkotutkinnot, arene, samok

1. Arvioi, minkä verran eri koulutusalat kiinnostavat sinua (+++, ++, +, -).

2. Merkitse niiden koulutusalojen kohdalle, jotka kiinnostavat sinua paljon (+++) tai melko paljon (++), ja kirjoita toiseen sarakkeeseen niiden lukion oppiaineiden nimet, joista voi olla hyötyä ammattikorkeakouluun pyrkiessäsi.

3. Ota selvää, missä sinua kiinnostavaa koulutusta järjestetään.

Koulutusalat ja tutkinnot	Kiinnostus (+++, ++, +, -)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Luonnonvarat ja ympäristö			
Agrologi (AMK) (maaseutuyrittäjyys)			
Hortonomi (AMK)			
Iktyonomi (AMK) (kalatalous)			
Metsätalousinsinööri (AMK)			
Ympäristösuunnittelija (AMK)			
Tekniikka ja liikenne			
Insinööri (AMK)			
Insinööri – palopäällystö (AMK)			

Koulutusalat ja tutkinnot	Kiinnostus (+++, ++, +, -)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Insinööri – merikapteeni (AMK)			
Laboratorioanalyytikko (AMK)			
Rakennusarkkitehti (AMK)			
Rakennusmestari (AMK)			
Sosiaaliala, terveys ja liikunta			
Apuvälineteknikko (AMK)			
Bioanalyytikko (AMK) (laboratorioala)			
Ensihoitaja (AMK)			
Estenomi (AMK) (kauneudenhoito)			
Fysioterapeutti (AMK)			
Geronomi (AMK) (vanhustenhoito)			
Hammasteknikko (AMK)			
Jalkaterapeutti (AMK)			
Kuntoutuksen ohjaaja (AMK)			
Kätilö (AMK)			
Liikunnanohjaaja (AMK)			
Naprapaatti (AMK)			
Optometristi (AMK) (optikko)			
Osteopaatti (AMK) (tuki- ja liikuntaelinten hoito)			
Röntgenhoitaja (AMK)			
Sairaanhoitaja (AMK)			
Sosionomi (AMK)			

Koulutusalat ja tutkinnot	Kiinnostus (+++, ++, +, -)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Suuhygienisti (AMK)			
Terveydenhoitaja (AMK)			
Toimintaterapeutti (AMK)			
Humanistinen koulutus ja kasvatusala			
Tulkki (AMK) (mm. viittomakieli)			
Yhteisöpedagogi (AMK)			
Matkailu ja ravitseminen			
Restonomi (AMK) (hotelli- ja ravintola-ala)			
Liiketalous, markkinointi ja tietopalvelut			
Tradenomi (AMK)			
Kulttuuri			
Artenomi (AMK) (käsi- ja taideteollisuus)			
Konservaattori (AMK) (entisöinti)			
Kulttuurintuottaja (AMK)			
Kuvataiteilija (AMK)			
Medianomi (AMK)			
Muotoilija (AMK)			
Musiikkipedagogi (AMK)			
Muusikko (AMK)			
Tanssinopettaja (AMK)			
Teatteri-ilmaisun ohjaaja (AMK)			
Vestonomi (AMK) (vaatetussuunnittelu)			
Poliisikoulutus			
Poliisi (AMK)			

Ammatillinen peruskoulutus

Lukion jälkeen on mahdollista opiskella toisen asteen ammatillista perustutkintoa ylioppilastutkinnon tai lukion suorittaneiden valintakiintiöissä. Ammatillisiin perustutkintoihin voi hakeutua myös suoraan peruskoulusta tai peruskoulun päättötodistuksella, jos lukio-opinnot keskeytetään. Lukiokurssit voivat korvata ammatillisen tutkinnon yhteisiä opintoja.

Ammatillinen peruskoulutus kestää 1–3 vuotta. Koulutuksen pituus riippuu aikaisemmista opinnoista, omasta motivaatiosta sekä ammatillisen osaamisen näytöistä.

Hakusanoja: opintopolku, ammatilliset perustutkinnot, ammatillinen koulutus, ammattinetti, kunkoululoppuu

1. Arvioi, minkä verran toisen asteen koulutuksen ammatit ja työtehtävät kiinnostavat sinua (+++, ++, +, –).

2. Merkitse niiden koulutusalojen kohdalle, jotka kiinnostavat sinua paljon (+++) tai melko paljon (++), ja kirjoita toiseen sarakkeeseen niiden lukion oppiaineiden nimet, joista voi olla hyötyä kyseiselle koulutusalalle pyrittäessä.

3. Ota selvää, missä sinua kiinnostavaa koulutusta järjestetään.

Koulutusalat, perustutkinnot ja osaamisalat	Kiinnostus (+++, ++, +, -)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Luonnonvara- ja ympäristöala			
Hevostalouden perustutkinto			
Kalatalouden perustutkinto			
Luonto- ja ympäristöalan perustutkinto: luontoala, porotalous, ympäristöala			
Maatalousalan perustutkinto: eläintenhoito, maatalousteknologia, maatilatalous, turkistalous			
Metsäalan perustutkinto: metsäenergia, metsäkoneasennus, metsäkoneenkuljetus, metsätalous			
Puutarha-alan perustutkinto: kukka- ja puutarhakauppa, puutarhatuotanto, viherala			

Koulutusalat, perustutkinnot ja osaamisalat	Kiinnostus (+++, ++, +, -)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Matkailu-, ravitsemis- ja talousala			
Matkailualan perustutkinto: majoituspalvelu, matkailupalvelujen myynti ja tietopalvelut, matkailupalvelut			
Ravintola- ja catering-alan perustutkinto: asiakaspalvelu, ruokapalvelu			
Humanistinen ja kasvatusala			
Kasvatus- ja ohjausalan perustutkinto: nuoriso- ja yhteisöohjaus, kommunikaatio ja viittomakielinen ohjaus, varhaiskasvatus ja perhetoiminta			
Kulttuuriala			
Musiikin perustutkinto: musiikki, musiikkiteknologia, pianonviritys			
Sirkusalan perustutkinto			
Taideteollisuusalan perustutkinto: jalometalliala, kello- ja mikromekaniikka, metalliseppä, käsityön ohjaustoiminta, puusepänala, restaurointiala, sisustus- ja verhoiluala, soitinrakennus, tuotteen valmistus			
Tanssialan perustutkinto			
Yhteiskuntatieteiden, liiketalouden ja hallinnon ala			
Liiketoiminnan perustutkinto			
Tieto- ja viestintätekniikan perustutkinto: käytön tuki, ohjelmistotuotanto			
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala			
Hammastekniikan perustutkinto			
Hius- ja kauneudenhoitoalan perustutkinto: hiusten hoito ja muotoilu, ihon hoito, kauneudenhoito ja tuoteneuvonta, parran muotoilu			
Liikunnanohjauksen perustutkinto			

Koulutusalat, perustutkinnot ja osaamisalat	Kiinnostus (+++, ++, +, -)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Lääkealan perustutkinto: apteekkiala, lääkeala			
Sosiaali- ja terveysalan perustutkinto: asiakaspalvelu ja tietohallinta, ensihoito, jalkojenhoito, kuntoutus, lasten ja nuorten hoito ja kasvatus, mielenterveys- ja päihdetyö, sairaanhoito ja huolenpito, suun terveydenhoito, vammaistyö, vanhustyö			
Välinehuoltoalan perustutkinto			
Tekniikka ja liikenne			
Autoalan perustutkinto: autokorikorjaus, automaalaus, automyynti, autotekniikka, moottorikäyttöiset pienkoneet, varaosamyynti			
Elintarvikealan perustutkinto: elintarviketeknologia, leipomoala, liha-ala, meijeriala			
Kaivosalan perustutkinto			
Kone- ja tuotantotekniikan peustutkinto: asennus ja automaatio, tuotantotekniikka			
Laboratorioalan perustutkinto			
Lentokoneasennuksen perustutkinto: avioniikka, lentokoneasennus			
Logistiikan perustutkinto: kuljetuspalvelut, lentoasemapalvelut, varastopalvelut			
Maanmittausalan perustutkinto			
Media-alan perustutkinto: audiovisuaalinen viestintä, julkaisutuotanto, kuvallinen ilmaisu, painoviestintä			
Merenkulkualan perustutkinto: kansi- ja konekorjaus, kansipäällystö, konepäällystö, sähkönkäyttö			
Pintakäsittelyalan perustutkinto: lattianpäällystys, rakennusmaalaus, teollinen pintakäsittely, tuotemaalaus			

Koulutusalat, perustutkinnot ja osaamisalat	Kiinnostus (+++, ++, +, -)	Tärkeitä lukioaineita	Missä koulutusta järjestetään?
Prosessiteollisuuden perustutkinto: biotekniikka, kemianteollisuus, metallien jalostus, paperiteollisuus, valimotekniikka			
Puhtaus- ja kiinteistöpalvelualan perustutkinto: kiinteistönhoito, kotityöpalvelut, toimitilapalvelut			
Puuteollisuuden perustutkinto: puulevyteollisuus, puurakenneteollisuus, puusepänteollisuus, sahateollisuus			
Rakennusalan perustutkinto: kiviala, maanrakennus, maanrakennuskoneenkuljetus, talonrakennus			
Sähkö- ja automaatioalan perustutkinto			
Talotekniikan perustutkinto: eristys ja rakennuspeltiasennus, ilmanvaihtoasennus, kylmäasennus, putkiasennus			
Teknisen suunnittelun perustutkinto			
Tekstiili- ja muotialan perustutkinto: jalkineala, modistiala, tekstiiliala, tekstiilihuolto, vaatetusala, vaatturiala			
Tieto- ja tietoliikennetekniikan perustutkinto			
Turvallisuusalan perustutkinto			
Veneenrakennuksen perustutkinto			